
TABLA DE CONTENIDO

Resolver conflictos

1. Comprender los conflictos **2**
2. Identificar las emociones en los conflictos **10**
3. Controlar las emociones en los conflictos **20**
4. Usar habilidades de comunicación de manera eficaz **28**
5. Crear una situación en la que todos salgan ganando **39**
6. Resolver conflictos **48**

COMPRENDER LOS CONFLICTOS



AGENDA

- Actividad inicial
- ¿Y qué?
- Redes de conflictos
- Están por todas partes
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes comprenderán que reconocer y apreciar las diferencias entre ellos es una forma de respeto denominada "tolerancia".

Los estudiantes explorarán los aspectos positivos y negativos del conflicto.

Los estudiantes definirán "conflicto".

Los estudiantes identificarán conflictos y las personas involucradas.

Materiales necesarios

- Un diccionario (Parte II)
- Artículos de noticias o cartas al editor, uno(a) para cada grupo de cuatro o cinco estudiantes (imprima o recorte artículos de noticias que se enfoquen en diferentes tipos de conflictos: por ejemplo, incluya artículos sobre una guerra, un debate en el concejo municipal, una manifestación o problemas que involucren a su comunidad local). (Parte III)

Actividad inicial (3 minutos)

Comience relatando a los estudiantes la historia de la rebelión de Liliput del capítulo 4 de *Los viajes de Gulliver* de Jonathan Swift. Explique que un día, el emperador de Liliput decidió que todas las personas debían cascar los huevos cocidos por el extremo más estrecho en vez de por el más ancho. Muchas personas en Liliput odiaban esto. Estos "anchoextremistas", como los llama el libro, iniciaron seis rebeliones sobre la manera de cascar los huevos. Estas rebeliones hicieron perder la corona a un emperador, la vida a otro y costaron la vida de 11,000 personas.

Pregunte a los estudiantes si se involucrarían en una discusión con alguien por qué extremo de un huevo cascar al cocinar. Guíelos para que reconozcan que este no es un tema por el que haya que pelear. Señale que existen muchos tipos de conflictos diferentes, algunos con causas muy difíciles de imaginar y comprender. Sin embargo, no vale la pena luchar por algunas de ellas.

Parte I ¿Y qué? (15 minutos)

Propósito: los estudiantes comprenden que reconocer y apreciar las diferencias entre ellos es una forma de respeto denominada "tolerancia".

1. Los estudiantes observan diferencias visibles entre ellos.

Divida la clase en grupos de cinco o seis estudiantes. Pida a los miembros de cada grupo que se sienten en un círculo. Diga: "Cada persona en este salón de clases de algún modo es única. Hay diferencias que son evidentes y otras que no son tan obvias". Dígales que realizarán un experimento para comprobar si lo que dijo es cierto.

Pida que el estudiante más alto de cada grupo levante la mano. Indique que estos estudiantes comenzarán una reacción en cadena dentro de su grupo observando a la persona que está a su derecha y diciendo un detalle que sea visiblemente diferente entre ellos.

Ejemplifique la actividad antes de que comiencen. Señale a un estudiante y dígame, por ejemplo: "Mi cabello es largo y el tuyo es corto".

Recuérdelos que deben respetarse mutuamente y no menospreciar a nadie. Indíqueles que comiencen. Circule por el salón mientras los grupos trabajan, asegurándose de que no se enfoquen en rasgos personales ni delicados. Haga sugerencias si es necesario.

2. Los estudiantes toman conciencia de las diferencias que no son visibles.

Cuando hayan finalizado, dígales que ahora se dirijan a la persona de su izquierda y compartan una posible diferencia que no se pueda ver. Ejemplifique esto señalando a un estudiante y diciéndole, por ejemplo: "Vivo en un edificio de apartamentos amarillo, ¿y tú?" o "Tengo dos hermanas, ¿y tú?".

3. Los estudiantes definen "tolerancia".

Cuando hayan finalizado, comience un debate sobre esta actividad preguntando:

- ¿Es cierto que cada persona en este salón de clases es única?
- ¿Es cierto que algunas diferencias son evidentes y otras no? Dé ejemplos.
- ¿Cómo sería esta clase si todos fueran exactamente iguales?

Recuérdelos que, dado que cada uno de nosotros es un individuo único, tiene sentido que tengamos un aspecto diferente, pensemos de manera diferente, tengamos creencias, gustos y fortalezas diferentes, etc. Señale que estas diferencias nos hacen ser quienes somos y que el mundo sería un lugar muy aburrido si todos fuéramos exactamente iguales.

Escriba la palabra "tolerancia" en la pizarra y pida a los estudiantes que expliquen su significado. Ayúdelos a comprender que "tolerancia" significa "respeto por las diferencias entre las personas". Diga: "La tolerancia nos permite apreciar a los demás, aprender de los demás y trabajar juntos".

Parte II Redes de conflictos (15 minutos)

Propósito: los estudiantes exploran los aspectos positivos y negativos del conflicto.

1. Los estudiantes crean redes de palabras.

Escriba la palabra "conflicto" en la pizarra y enciérrela en un círculo. Pida a los estudiantes que levanten la mano si alguna vez han tenido un conflicto. Señale que al parecer todas las personas (o casi todas) han tenido un conflicto. Explique que esto tiene sentido, ya que el conflicto es una parte natural de la vida.

Invite a los estudiantes a sugerir palabras o frases que les vengan a la mente cuando piensen en conflictos. Escriba cada sugerencia en la pizarra, uniéndola al círculo con una línea para formar una red de palabras. *(Lo más probable es que las respuestas de los estudiantes reflejen palabras negativas, como por ejemplo "ira", "discusión", "pelear", "gritar", "golpear", etc. Anímelos a incluir también palabras positivas, como por ejemplo "diferencia de opiniones", "debate", "acuerdo mutuo", "resolución de problemas", etc.).*

2. Los estudiantes sacan conclusiones de sus redes.

Pídales que señalen qué palabras y frases de la red podrían indicar tolerancia. Pídales que analicen cómo afecta la tolerancia en los conflictos. Debata la idea de que tolerancia no significa necesariamente estar de acuerdo con las opiniones de otra persona, sino respetar su derecho a tenerlas.

Pregúnteles: "¿El conflicto siempre produce resultados negativos?". Mediante el debate, guíelos para que se den cuenta de que el conflicto es una parte natural de la vida y que no siempre tiene que producir resultados negativos. Señale que cuando el conflicto se maneja de manera constructiva, puede producir resultados positivos. Los conflictos tienen el poder de provocar un cambio muy necesario. Explique que, en este módulo, los estudiantes explorarán formas de manejar los conflictos de manera constructiva.

3. Los estudiantes definen "conflicto".

Desafíelos a desarrollar una definición de la palabra "conflicto" que tenga sentido para ellos. Si tienen dificultades para verbalizar una definición, pídeles que consulten la red de palabras, usen la palabra en una oración o consulten un diccionario.

Escriba palabras, frases y ejemplos en la pizarra. A continuación, guíelos para que formulen una definición que refleje la idea de que el conflicto es la lucha entre dos o más fuerzas o ideas opuestas. Señale que esta definición no refleja resultados positivos ni negativos, solo el hecho de que los conflictos implican desacuerdos o enfrentamientos.

Parte III Están por todas partes (15 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican conflictos y las personas que están involucradas.

1. Los estudiantes leen un artículo sobre un conflicto.

Divida la clase en grupos de cuatro o cinco estudiantes y entregue a cada grupo un artículo que haya recortado o impreso de un periódico o revista. Explique que cada grupo debe contar con un lector que leerá el artículo en voz alta al grupo y un encargado de tomar notas sobre el debate del grupo.

Explíqueles que deben leer el artículo, debatirlo e identificar cuáles son los conflictos y las personas involucradas. Dígales que no es necesario que resuelvan los conflictos, simplemente tienen que contar de qué tratan e identificar a las partes involucradas.

2. Los estudiantes informan sus hallazgos.

Cuando hayan finalizado, invite a los encargados de tomar notas de cada grupo a identificar el conflicto que su grupo debatió y las personas involucradas. Después de que cada encargado de tomar notas haya respondido, invite a los demás estudiantes a responder las siguientes preguntas:

- ¿Consideraron que tenían suficiente información para identificar el conflicto y las personas involucradas? Expliquen su respuesta.
- ¿Su artículo describe comportamientos positivos o negativos? Proporcionen ejemplos para justificar su respuesta.
- ¿Consideran que este conflicto ha tenido o podría tener resultados positivos o negativos? Expliquen.

Señale que con frecuencia es difícil responder estas preguntas, ya que los temas de un conflicto no siempre se presentan con claridad. Explique que, cuando esto sucede, nos corresponde obtener la información que necesitamos antes de juzgar o involucrarnos.

Conclusión (2 minutos)

Pregunte si las personas que aparecen en los artículos que han debatido demostraban tolerancia hacia los demás. Anímelos a que justifiquen sus opiniones con argumentos. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- La tolerancia es importante porque muestra respeto por las diferencias entre las personas.
- El conflicto es una parte natural de la vida.
- No tiene por qué ser negativo: puede producir resultados positivos.

Evaluación del estudiante

1. Define "tolerancia".
2. Define "conflicto".
3. Enumera cinco posibles resultados del conflicto.
4. Enumera ejemplos del conflicto que hayas visto recientemente en una película o en televisión.
¿Quién estaba involucrado? ¿Cuál era el conflicto?

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"Algunas personas tienen acentos extranjeros—hasta que se ríen". -Bill Keane, creador de The Family Circus

Pida a los estudiantes que analicen el significado de la cita y dibujen sus propias caricaturas para representar entendimientos similares sobre los puntos en común que existen entre todas las personas.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Divida a los estudiantes en grupos pequeños. Entréguele a cada grupo un trozo grande de papel para envolver. Pida a cada estudiante que haga dibujos que muestren conflictos positivos y negativos en una parte del papel de su grupo.

Muestre los papeles alrededor del salón. Haga que cada estudiante circule por el salón y vea el papel de cada grupo. Debatan sobre lo que hace que un conflicto sea positivo o negativo.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que hagan listas de cosas que les gustan y cosas que no les gustan sobre sus mejores amigos.

Analice por qué toleramos las debilidades en las personas que queremos. ¿Qué pueden aprender los estudiantes al aceptar y tolerar a sus mejores amigos?

Usar tecnología

Haga escuchar a los estudiantes "War" de Edwin Starr y otras canciones de protesta. Explique que los compositores, con frecuencia, escriben canciones de protesta contra la guerra.

Pregunte: "¿Es la guerra alguna vez necesaria?" Analice esta cita con los estudiantes. Identifique las consecuencias positivas y negativas de guerras o conflictos recientes.

Tarea

Esta semana, pídales a los estudiantes que noten situaciones en las que escuchan a las personas hablando groseramente entre sí (p. ej., en las tiendas, mientras esperan en la fila). Pídales que incluyan la hora del día, el lugar, las personas involucradas y de qué parecía tratarse el conflicto. Dígales que no deben involucrarse en los conflictos.

Haga que los estudiantes presenten sus hallazgos a la clase. Pregunte: "¿Descubrieron que las personas eran en su mayoría educadas o en su mayoría groseras?".

Recursos adicionales

Muestre a los estudiantes una foto del *Guernica* de Pablo Picasso. Explique a los estudiantes que esta enorme obra fue pintada en protesta por la dictadura de Francisco Franco en España. Picasso ordenó que se devolviera a España cuando al país volviera la democracia, lo que sucedió después de la muerte de Franco.

Debata la pintura con los estudiantes. Pídales que hagan una lista de adjetivos que describan cómo los hace sentir la pintura.

IDENTIFICAR LAS EMOCIONES EN LOS CONFLICTOS



AGENDA

- Actividad inicial
- Bajo la superficie
- Escala de emociones
- Por ejemplo
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán que existen muchos sentimientos y emociones subyacentes en los conflictos.

Los estudiantes reconocerán la relación entre las emociones y los comportamientos.

Los estudiantes identificarán las emociones y los comportamientos involucrados en un conflicto personal.

Materiales necesarios

- Una copia de la hoja de actividades "A veces me siento..." para cada estudiante (Parte I)
- Una copia de la hoja de actividades "Escala de emociones" para cada estudiante (Parte II)

Actividad inicial (3 minutos)

Pregúnteles si saben quién era Indira Gandhi. Explique que fue la primera ministra de la India entre 1966 y 1977. Volvió a ser elegida en 1980, pero fue asesinada durante ese mandato. Dígales que una vez dijo: "No se puede dar la mano con el puño cerrado".

Escriba las palabras de Gandhi en la pizarra e invite voluntarios a explicar lo que quiso decir. Pida a los estudiantes que cierren el puño. Enfóquese en la imagen de un puño cerrado y explore los sentimientos que esta imagen representa.

Diga: las "emociones —y los comportamientos que produce— son elementos importantes de los conflictos. Hoy hablaremos de cómo las emociones y los comportamientos contribuyen a los conflictos de manera negativa y positiva".

Parte I Bajo la superficie (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen que el enojo es una palabra general que describe muchos sentimientos y emociones subyacentes diferentes.

1. Los estudiantes reflexionan sobre una analogía.

Pida a un voluntario que dibuje en la pizarra un iceberg flotando en el agua. Si el dibujo no muestra la parte del iceberg que está por debajo de la línea de flotación, pida a otro voluntario que la añada.

Después de debatir y realizar ajustes en el dibujo, guíe a los estudiantes para que lleguen a algo que se parezca a una gran V invertida, con aproximadamente 1/8 del dibujo por encima de la línea que representa la superficie del agua. Señale que la parte más grande de un iceberg, aproximadamente 7/8, permanece oculta a la vista bajo el agua.

Explique que el conflicto es como un iceberg, y que por lo general solo vemos el enojo y la culpa que le siguen, la parte más pequeña del dibujo. En la parte superior del iceberg, escriba en la pizarra las palabras "enojo" y "culpa". Señale que estas dos emociones suelen ser los componentes más visibles en los conflictos.

2. Los estudiantes amplían su vocabulario de sentimientos.

Pídales que reflexionen sobre los momentos en los que se han sentido enojados y que nombren los sentimientos subyacentes que han contribuido a ese enojo. Sugiera que piensen en palabras que podrían completar la siguiente oración: "Me sentí enojado porque estaba...". Sin hacer comentarios, escriba las respuestas de los estudiantes en la parte del iceberg que está debajo de la línea de flotación.

Comente que el dibujo puede volverse más complicado de lo que se muestra en la pizarra. Distribuya copias de la hoja de actividades "A veces me siento..." y dé tiempo para que lean las palabras. Sugíérales que, a medida que lean, coloquen un signo menos junto a las emociones que podrían intensificar los sentimientos de enojo.

Cuando hayan finalizado, invítelos a añadir más palabras debajo de la línea de flotación en la pizarra.

3. Los estudiantes sacan conclusiones.

Señale que todos los sentimientos enumerados en la pizarra pueden provocar enojo cuando estamos involucrados en un conflicto. Pida a voluntarios que expliquen por qué podría ser importante identificar las causas del enojo cuando estamos involucrados en un conflicto.

Afirme respuestas que señalen que reconocer las causas del enojo puede ayudarnos a comprender por qué estamos enojados. Diga: "Si se toman el tiempo de pensar por qué se sienten enojados, entonces pueden comenzar a comprender el conflicto que están atravesando y trabajar para resolverlo de manera constructiva".

Pregúnteles si alguna vez han observado cómo su estado de ánimo puede afectar sus reacciones. Por ejemplo, explique cómo alguien podría decir algo que les molesta un día, pero si la misma persona dijera lo mismo otro día, no les afectaría en absoluto. Invite a los estudiantes a compartir experiencias similares. Señale que es importante comprender que el estado de ánimo afecta nuestros sentimientos y percepciones.

Parte II Escala de emociones (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen la relación entre las emociones y los comportamientos.

1. Los estudiantes identifican señales de comportamiento.

Recuerde la imagen del puño cerrado que analizaron al principio de la clase. Cuando respondan las siguientes preguntas, pídale que muestren sus respuestas:

- ¿Cómo imaginan que se vería alguien con el puño cerrado?
- ¿Cómo imaginan que sonaría esa persona?
- ¿Cómo imaginan que actuaría?

Anímelos a que compartan ideas sobre otras maneras en que las personas podrían verse, sonar y actuar cuando están involucradas en un conflicto. A continuación, señale que estos comportamientos son similares a los que demuestran las personas cuando se sienten estresadas. Pregunte: "¿Por qué creen que sucede esto?". (Los estudiantes podrían responder diciendo que el conflicto es estresante).

Explique que los sentimientos y los comportamientos están relacionados y que, juntos, pueden hacer que comuniquemos diversos mensajes verbales y no verbales. Señale que, si alguien cierra el puño, podemos saber de inmediato que esa persona está enojada o tensa.

Haga las siguientes preguntas:

- ¿Qué pistas les permitirían saber si una persona con el puño cerrado se siente enojada o tensa?
- ¿Qué mensaje se enviaría si la persona abriera el puño?

2. Los estudiantes identifican emociones en diferentes situaciones.

Distribuya copias de la hoja de actividades "Escala de emociones" a los estudiantes. Dígales que piensen en la nota más baja como un momento en el que están relajados y tranquilos, y que piensen en las notas más altas como momentos en los que están cada vez más estresados y, finalmente, en conflicto.

Pídales que completen la hoja de actividades con palabras que describan los sentimientos que suelen tener cuando están involucrados en cada una de las cuatro situaciones. Sugiera que utilicen la hoja de actividades "A veces me siento..." para identificar diversos sentimientos.

3. Los estudiantes aprenden cómo las emociones afectan el conflicto.

Pídales que observen cómo los sentimientos que escribieron eran cada vez más estresantes a medida que ascendían en la escala de emociones. Pida a voluntarios que compartan las emociones que escribieron para cada situación en su hoja de actividades.

Señale que, a medida que las emociones y los comportamientos se acentúan, los conflictos se vuelven más intensos. Pregúnteles si recuerdan el ejemplo sobre hacer exámenes y sentir estrés, del que hablaron en la "lección 3: Manejar el estrés" del *módulo cuatro: Manejo de recursos personales*. Recuérdeles cómo llegaron a la conclusión de que los exámenes en sí mismos no son estresantes, sino que es la reacción personal ante el examen la que causa estrés.

Explique que el conflicto funciona de la misma manera. Luego, comparta con los estudiantes la siguiente información:

- En un conflicto, no necesariamente nos oponemos a otra persona. Más bien nos oponemos a algo que se ha dicho o hecho, y luego tenemos una reacción emocional.
- Las reacciones emocionales nos pertenecen: solo nosotros podemos ser sus dueños y manejarlas.
- Tenemos el poder de lidiar con nuestras emociones y comportamientos en un conflicto, al igual que podemos lidiar con las emociones y los comportamientos en situaciones de estrés.
- Tenemos el poder de controlar nuestras emociones antes de que el conflicto se intensifique.

Asegure que, en las lecciones posteriores, explorarán maneras de controlar sus emociones y comportamientos, y maneras de evitar que los conflictos se salgan de control.

Parte III Por ejemplo (5 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican las emociones y los comportamientos involucrados en un conflicto personal.

1. Los estudiantes aceptan una asignación.

Explíqueles que deben realizar la siguiente asignación como tarea. Pídales que tomen nota sobre esta asignación en su cuaderno o carpeta para esta clase. Dé las siguientes instrucciones:

- Piensen en un conflicto en el que hayan estado involucrados recientemente o del que hayan sido testigos.
- Escriban sobre el conflicto, explicando brevemente en qué consistió y quiénes estuvieron involucrados. Pueden cambiar los nombres de las personas involucradas.
- Identifiquen las emociones involucradas y cómo sonaban, se veían y actuaban las personas. Recuerden que el enojo y la culpa suelen ser las emociones más evidentes en las situaciones de conflicto. Miren más allá del enojo y la culpa, e identifiquen los sentimientos que pueden haber estado bajo la superficie y que han contribuido al conflicto.
- Si quieren, incluyan ilustraciones.
- Pueden trabajar en esta asignación solos o con un compañero.

Dígales que no compartirá su trabajo con los demás ni les pedirá que lo compartan. Responda cualquier pregunta que puedan tener sobre la asignación, y luego recuérdelos que la fecha de entrega es para la próxima lección. Sugiera que usen las dos hojas de esta lección como ayuda con la redacción.

2. Los estudiantes trabajan en la asignación.

Conceda el resto del período de clase para que comiencen la asignación. Mientras los estudiantes trabajan, circule por el salón de clases para asegurarse de que todos sepan lo que deben hacer.

Conclusión (2 minutos)

Invite voluntarios a explicar por qué el dibujo del iceberg representa un conflicto. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Las emociones y los comportamientos contribuyen a que los conflictos sean más intensos.
- Nuestras emociones y comportamientos nos pertenecen: solo nosotros podemos controlarlos.
- El enojo, junto con la culpa que genera, es solo la punta del iceberg en muchos conflictos: los sentimientos bajo la superficie son los que realmente afectan al comportamiento.
- Reconocer los sentimientos que causan enojo puede ayudarnos a comprender por qué estamos enojados.

Evaluación del estudiante

1. ¿De qué manera el reconocimiento de los sentimientos que causan enojo te ayuda cuando estás involucrado en un conflicto?
2. ¿Cuáles son algunas emociones que podrían mantenerse ocultas durante un conflicto?

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"Recuerda, nadie puede hacerte sentir inferior sin tu consentimiento". -Eleanor Roosevelt

Escriba las palabras "ignorado", "víctima de gritos", "regañado" e "insultado" en la pizarra. Pida a los estudiantes que describan sus reacciones a cada una de estas acciones. Debata cómo ciertas reacciones pueden afectar la intensidad de un conflicto.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Seleccione un clip breve de una película o programa de televisión en el que se vea un conflicto entre dos personas. Reproduzca este clip en la clase con el sonido apagado.

Haga que los estudiantes adivinen qué emociones están sintiendo las personas en la escena. Después, reproduzca de nuevo la escena con sonido.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que lleven un gráfico diario mientras dure el curso. Los estudiantes anotarán el clima de cada día (p. ej., soleado, nublado, lluvioso) y el estado de ánimo general que experimentaron ese día.

Al final de cada día, los estudiantes deben anotar cuáles fueron sus actitudes generales para ese día. Deben evaluar si el clima afectó sus estados de ánimo.

Usar tecnología

Divida a los estudiantes en grupos. Pida a cada grupo que comparta ideas sobre canciones para incluir en una breve lista de reproducción que exprese una de estas emociones: ira, amor, conflicto, alegría, felicidad o tristeza. Recuérdeles a los estudiantes que las letras de las canciones que elijan deben ser apropiadas para la escuela.

Pida a los grupos que compartan sus listas de reproducción con la clase o planifique un día en el que los estudiantes puedan reproducir selecciones de sus listas de reproducción.

Tarea

Pida a los estudiantes que escriban sobre un desacuerdo reciente que hayan tenido con otra persona.

Pida a los estudiantes que discutan las emociones que experimentaron antes del conflicto, durante el conflicto y después del conflicto.

Recursos adicionales

Muestre fotos de algunas de las pinturas de Van Gogh, particularmente la serie *Campo de trigo*, *Noche estrellada* y *Cipreses*. Señale las pinceladas audaces y arremolinadas de Van Gogh.

Pregunte a los estudiantes qué creen que sentía Van Gogh cuando pintó estos cuadros. Pregunte: "¿Cómo los hizo sentir las pinturas de Van Gogh?"

A VECES ME SIENTO...

A

abatido
abrumado
aburrido
afectuoso
agradecido
agresivo
amigable
animado
ansioso
apenado
arrepentido
asustadizo
asustado
aterrado
atrevido
aventurero
avergonzado

C

cambiante
celoso
codicioso
cómodo
compasivo
competente
confiado
confundido
cuidadoso
culpable
curioso

D

decepcionado
decidido
deprimido
desanimado
desconcertado
desconfiado

E

emocionado
enérgico
entusiasmado
envidioso
escéptico
eufórico
exhausto
extravagante

F

fascinado
feliz
fervoroso
frustrado

G

gruñón

H

holgazán
horrorizado

I

ilusionado
impaciente
impactado
incómodo
incompetente
indeciso
indefenso
indiferente
indignado
ingenuo
inquieto
inseguro
inspirado

intimidado
intranquilo
irritado

J

jubiloso

M

maravilloso

N

negativo
nervioso

O

ofendido
optimista
orgullosa

P

pacífico
perezoso
perplejo
pesaroso
petrificado
pícaro
positivo
precavido
preocupado

R

rabioso
relajado
resentido
resuelto

S

satisfecho
seguro
sereno
solo
soñoliento
sorprendido
sosegado

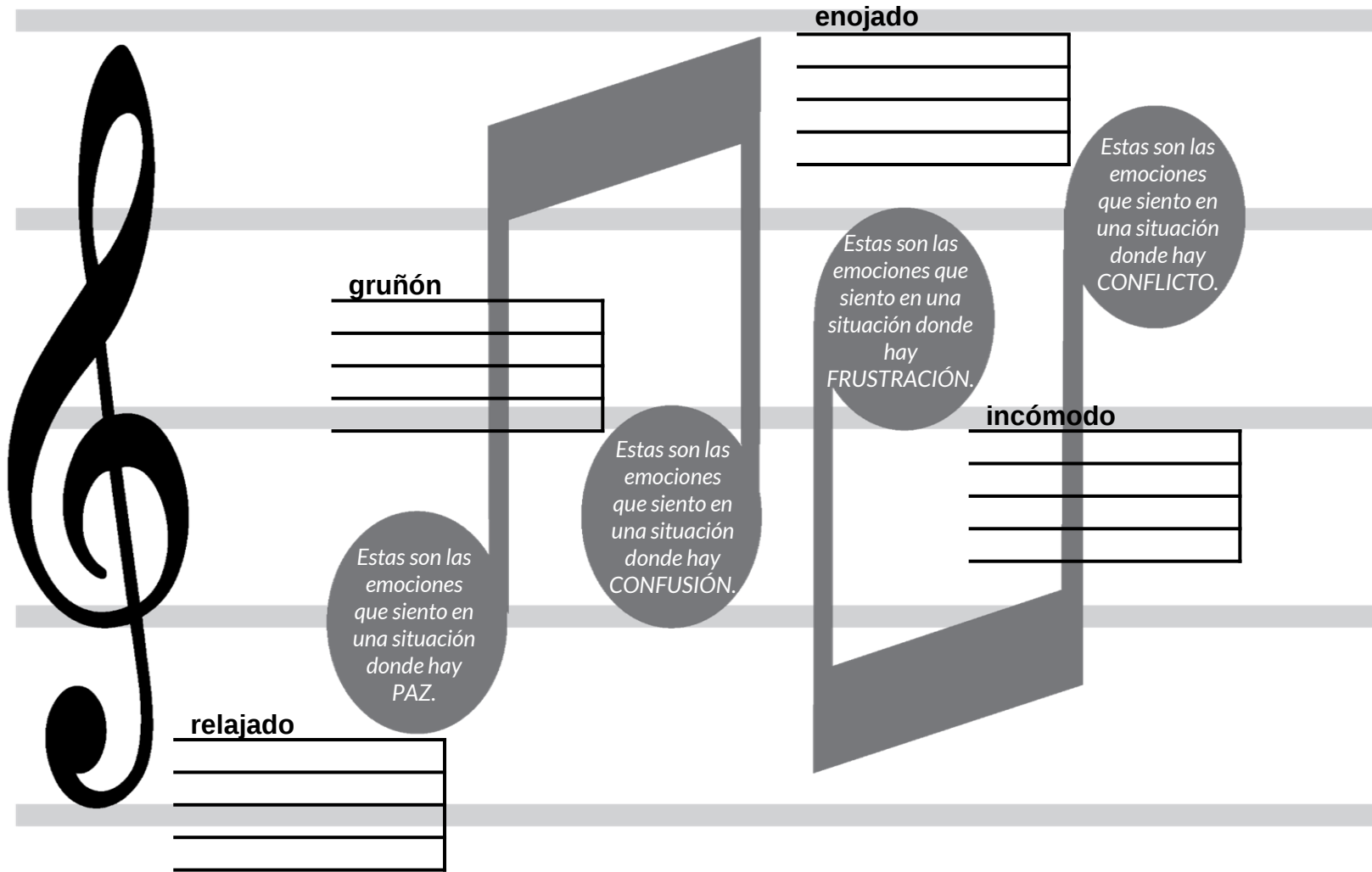
T

taciturno
tenso
tímido
titubeante
tonto
traicionado
tranquilo
triste

V

valiente
vergonzoso
vulnerable

ESCALA DE EMOCIONES



CONTROLAR LAS EMOCIONES EN LOS CONFLICTOS



AGENDA

- Actividad inicial
- Fuerza personal revisada
- Antídotos para la ira y sus amigos
- Cambiar la historia
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán que tienen el poder de controlar sus emociones y comportamientos.

Los estudiantes identificarán maneras de reducir los efectos del enojo y otras emociones negativas.

Los estudiantes pondrán en práctica métodos para controlar las emociones y cambiar las reacciones ante situaciones de conflicto.

Materiales necesarios

- Tareas de los estudiantes de la última lección, en la que identificaron un conflicto y las emociones involucradas (Parte III)

Actividad inicial (3 minutos)

Comience la clase de hoy dando a los estudiantes instrucciones contradictorias en una sucesión rápida. Podría pedirles que se sienten en orden alfabético por apellido, cambiar de opinión y hacer que se sienten en orden alfabético por nombre, y luego cambiar de opinión de nuevo y pedirles que ocupen su asiento habitual.

A continuación, formule las siguientes preguntas:

- ¿Se sintieron frustrados o estresados?
- ¿Comenzaban a sentirse enojados conmigo?

Explique que quería que los estudiantes experimentaran estrés, enojo y frustración. Diga: "Hoy vamos a revisar las maneras de manejar el estrés, la frustración y el enojo, sentimientos que pueden causar conflictos".

Parte I Fuerza personal revisada (15 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen que tienen el poder de controlar sus emociones y comportamientos.

1. Los estudiantes revisan el concepto de poder personal.

Pregúnteles si recuerdan la lección anterior del curso en la que debatieron el concepto de poder personal (*Desarrollar la confianza*, "lección 6: Desarrollar el poder personal") y elaboraron símbolos como recordatorios de su poder. Invite a los estudiantes a recordar lo que aprendieron en esa lección. Mediante preguntas e indicaciones, guíelos para que recuerden lo siguiente:

- Todas las personas tienen el poder de tomar decisiones.
- Las decisiones que tomemos afectarán nuestra vida y, con frecuencia, la de los demás.
- Cada individuo es responsable de las decisiones que toma.

Señale que, durante los conflictos, se puede ejercer el poder personal, ya que los conflictos siempre implican hacer elecciones y tomar decisiones. Dígales que tienen el poder de tomar decisiones para controlar sus emociones y los comportamientos que estas emociones producen.

2. Los estudiantes escuchan una situación hipotética.

Pídales que escuchen con atención este escenario hipotético:

Andre te dice que Patrice dijo algo sobre ti que no es cierto. Andre dice que alguien de la clase de Gimnasia se lo contó. Andre también dice que esa persona dijo que Patrice te llama mocoso malcriado. Estallas. ¡Decides vengarte difundiendo rumores sobre Patrice!

Diga: "Voy a leer el escenario de nuevo. Esta vez, cuando llegue al punto en que sus emociones y comportamientos se salgan de control, griten: "¡Alto!". (Los estudiantes deben detenerlo después de la frase: "Estallas").

3. Los estudiantes reflexionan sobre las emociones, el comportamiento y las elecciones.

Invítelos a compartir ideas sobre las emociones que están involucradas en "estallar" en este escenario. Si es necesario, desafíelos a ir más allá del enojo y explorar los sentimientos que están bajo la superficie preguntando: "¿Pero por qué te sientes tan enojado?". (Los estudiantes deben responder: *porque me siento traicionado, ofendido, molesto, confundido, decepcionado, avergonzado, resentido, abatido, conmocionado, sorprendido, etc.*).

Dirija el foco del debate hacia las elecciones formulando las siguientes preguntas:

- Como resultado de estos sentimientos, ¿qué decidiste hacer en el escenario?
- ¿Qué más podrías haber hecho?

Invítelos a dar la mayor cantidad posible de sugerencias.

Parte II Antídotos para la ira y sus amigos (15 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican maneras de reducir los efectos del enojo y de otras emociones.

1. Los estudiantes identifican estrategias para controlar las emociones.

Explique que existen varias estrategias que podemos utilizar para controlar nuestro enojo antes de tomar decisiones. Invite voluntarios a identificar las estrategias que conocen. Escriba sus sugerencias en la pizarra. (Los estudiantes podrían responder: *contar despacio hacia atrás desde 10, respirar hondo tres veces, escribir lo que estás sintiendo, hablar con un amigo*).

Si es necesario, recuérdelos lo que aprendieron sobre el manejo del estrés en la "lección 3: Manejar el estrés" del módulo cuatro: Manejo de recursos personales, y pídales que busquen la hoja de actividades "Factores de estrés" de esa lección en su carpeta. Mediante preguntas e indicaciones, pídales que revisen esta hoja de actividades y analicen cómo se aplica la información a los conflictos. Centre la atención de los estudiantes en la columna del centro, donde escribieron maneras de reducir o aliviar el estrés. Invite voluntarios a escribir sugerencias que se apliquen al manejo del enojo y de otras emociones.

Desafíelos a reflexionar sobre otras estrategias que podrían ayudar a las personas a controlar sus emociones y detener los comportamientos destructivos que las emociones intensas suelen fomentar. Añádalas a la lista de la pizarra. Su lista podría reflejar lo siguiente:

- Contar despacio hacia atrás desde 10.
- Respirar hondo tres veces mientras se inclinan para atarse un zapato o subirse un calcetín.
- Dar un paso hacia atrás y estirar los músculos de los hombros y el rostro.
- Alejarse.
- Reírse.
- Pellizcarse.
- Pisar fuerte el piso dos veces.
- Pensar en algo positivo sobre la otra persona involucrada.
- Tomarse un tiempo para ordenar los pensamientos y recuperar la calma.
- Hablar con un amigo y desahogarse.
- Acudir a un lugar tranquilo y escribir sobre la situación que están experimentando.

2. Los estudiantes reflexionan sobre la importancia de calmarse.

Señale que todas estas sugerencias son maneras de detenernos, reflexionar y calmarnos antes de decidir qué hacer. Explique que este tiempo para recobrar la calma es muy importante. Invite voluntarios a explicar por qué creen que es importante. Mediante el debate, guíe a los estudiantes para que se den cuenta de que el tiempo para recobrar la calma les impedirá decir o hacer cosas de las que no puedan retractarse y de las que puedan arrepentirse más tarde, que podrían intensificar el conflicto y empeorarlo, o que podrían tener consecuencias negativas.

Consulte la lista de la pizarra y señale que poner en práctica una sola de estas estrategias relajará el cuerpo y la mente, y también aliviará la tensión, lo que reducirá la intensidad de las emociones. Diga: "Pueden controlarse en los conflictos. Siempre hay opciones que considerar y decisiones que tomar. Pueden pensar en ellas y decidir sabiamente".

Parte III Cambiar la historia (15 minutos)

Propósito: los estudiantes ponen en práctica métodos para controlar las emociones y cambiar las reacciones ante los conflictos.

1. Los estudiantes revisan el escenario.

Explique que harán modificaciones en la historia. Pídeles que saquen los materiales de escritura. Luego, vuelva a leer una versión más corta del escenario que analizó antes:

Andre te dice que Patrice dijo algo sobre ti que no es cierto. Andre dice que alguien de la clase de Gimnasia se lo contó. Andre también dice que esa persona dijo que Patrice te llama mocoso malcriado. Estallas.

Pida a los estudiantes que describan que harían a continuación. Pídeles que identifiquen las decisiones que pueden tomar para cambiar el final. Dígales que escriban un final nuevo para este escenario en función de estas decisiones.

2. Los estudiantes comparten sus revisiones.

Invite voluntarios a compartir lo que escribieron. Anime a otros estudiantes a expresar su apoyo o sus propias ideas.

Comente las similitudes y diferencias que observa entre los finales nuevos. Por ejemplo, podría señalar la cantidad de estrategias diferentes que los estudiantes pusieron en práctica para calmarse. Además, podría señalar que la mayoría de los estudiantes tomaron decisiones similares después de calmarse.

3. Los estudiantes vuelven a escribir los conflictos que describieron.

Pídeles que saquen los conflictos que escribieron y que asignó como tarea durante la parte III de la lección 2. Pregúnteles si creen que el tiempo para recobrar la calma habría ayudado en estas situaciones. Pídeles que añadan un párrafo breve a su redacción, explicando lo que las personas involucradas podrían haber hecho para calmarse y cómo habría afectado el conflicto. Si un estudiante describe a alguien en el conflicto como tranquilo y en control de sus emociones, pídale que escriba sobre lo que podría haber ocurrido si la persona no hubiera estado tranquila y en control de sus emociones.

Si el tiempo lo permite, pídeles que completen esta asignación en clase. De lo contrario, pídeles que la completen como tarea para la casa.

Conclusión (2 minutos)

Pídeles que reflexionen sobre la lista de maneras de calmarse y que identifiquen las estrategias que podrían funcionar para ellos. Sugiera que tomen nota de estas estrategias y que las utilicen la próxima vez que se vean involucrados en un conflicto. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Tienen el poder de controlar sus emociones y los comportamientos que producen.
- Existen estrategias para controlar el enojo cuando se llega al límite. Úsenlas.
- En los conflictos, siempre hay opciones que considerar y decisiones que tomar. Pueden pensar en ellas y decidir sabiamente.

Evaluación del estudiante

1. Enumera tres cosas que te enojen. ¿Por qué te enojan?
2. ¿Por qué te es útil saber el motivo de tu enojo?
3. Enumera tres estrategias para calmarse.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"El conflicto es inevitable, pero el combate es opcional". -Max Lucade

Analicen juntos el significado de esta cita como clase. Diga a los estudiantes que el conflicto no siempre tiene que derivar en discusiones o peleas. Pida a los estudiantes que describan cómo controlar las emociones en un conflicto puede evitar que este se intensifique.

Conexión matemática

Pida a los estudiantes que tracen gráficos de líneas que representen la intensidad de las emociones en situaciones de conflicto. En cada punto, los estudiantes deben identificar qué acción está ocurriendo y qué emoción se está demostrando.

Pida a los estudiantes que tracen otra línea en el mismo gráfico. Cada punto de esta línea debe identificar una acción, la emoción y una estrategia para controlar esa emoción. Pida a los estudiantes que comparen las dos líneas.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que escriban una carta a alguien que los haya hecho enojar. Haga que la lean y luego la rompan.

Pida a los estudiantes que describan cómo se sienten ahora que han escrito, leído y roto sus cartas.

Usar tecnología

Indique a los estudiantes que visiten <https://www.verywellmind.com/tentips-for-managing-conflict-tension-andanger-2330720> para obtener consejos sobre el manejo de la ira.

Cuando hayan terminado, pida a los estudiantes que seleccionen los consejos que les resulten más útiles y que los analicen en clase.

Tarea

Explique a los estudiantes que "mensch" es una palabra yiddish que significa "persona maravillosa". Dígales a los estudiantes que todos conocen palabras despectivas para llamar a los demás. Pregunte: "¿Conocen alguna palabra complementaria que puedan usar para describir a los demás?".

Pida a los estudiantes que aporten ideas sobre una lista de palabras complementarias en cualquier idioma. Dígales que enumeren tantas como puedan.

Recursos adicionales

Muestre a los estudiantes pinturas de David Hockney, Andrew Wyeth, Jean-Michel Basquiat y Keith Haring.

Pida a los estudiantes que comenten cómo los hacen sentir estas obras.

USAR HABILIDADES DE COMUNICACIÓN DE MANERA EFICAZ



AGENDA

- Actividad inicial
- Dije esto, pero quise decir aquello
- Mensajes en primera persona
- A ponerlo en práctica
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán cómo la falta de comunicación puede intensificar un conflicto e incluso crear otros nuevos.

Los estudiantes pondrán en práctica habilidades de comportamiento asertivo en situaciones de conflicto.

Los estudiantes pondrán en práctica habilidades de comunicación en los conflictos de su propia vida.

Materiales necesarios

- Una copia de la hoja de actividades "Segundo acto" para cada estudiante (Parte I)
- Una copia de la hoja de actividades "Mensajes en primera persona" para cada estudiante (Parte

II)

Actividad inicial (3 minutos)

Dibuje una cuadrícula de tres en línea en la pizarra y coloque una "X" en una de las casillas. Sin decir nada, señale a un estudiante e indíquele que pase al frente del aula. Entréguele un trozo de tiza y mire hacia el juego. Juegue en silencio. Si gana, sonría de oreja a oreja y levante los puños en señal de victoria. Si pierde, frunza el ceño mientras se cruza de brazos y se enfada.

Agradézcale y pídale que se siente. Haga las siguientes preguntas:

- ¿Qué acaba de suceder aquí? (*Usted y un estudiante jugaron al juego tres en línea*).
- ¿Cómo sucedió si nunca dije una palabra? (*Usó gestos, o señales no verbales, para desafiar al estudiante, y ambos sabían cómo jugar*).
- ¿Al final del juego demostré entusiasmo o decepción? ¿Cómo se dieron cuenta?

Recuerde a los estudiantes el poder de la comunicación asertiva, tanto verbal como no verbal. Diga: "Hoy analizaremos cómo la falta de comunicación afecta los conflictos y cómo pueden comunicarse de manera más efectiva para resolverlos".

Parte I Dije esto, pero quise decir aquello (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen cómo la falta de comunicación puede intensificar un conflicto e incluso crear otros nuevos.

1. Los estudiantes representan un escenario.

Distribuya copias de la hoja de actividades "Segundo acto" a los estudiantes. Concédales tiempo para leer la hoja de actividades. A continuación, pida a voluntarios que interpreten los roles del padre y de Sam, utilizando solo la primera parte del diálogo (las palabras que se dijeron realmente).

2. Los estudiantes debaten el escenario.

Comience un debate sobre los niveles de falta de comunicación en este escenario formulando las siguientes preguntas:

- ¿Dónde comenzó realmente este conflicto? En otras palabras, ¿cuál fue el primer acto? (*Recibir un castigo en la escuela*).
- ¿Cómo reaccionó Sam ante el enojo del padre al principio del segundo acto? (*De manera agresiva*).
- ¿Por qué creen que Sam reaccionó de esta manera? (*Porque el padre estaba enojado y Sam estaba a la defensiva*).
- ¿Por qué Sam no dijo lo que realmente quería decir? (*Porque Sam estaba avergonzado*).
- ¿Qué hizo Sam después de darse cuenta de que había olvidado llamar a casa? (*Culpó a la maestra*).
- ¿Cuál será la consecuencia de esta falta de comunicación? (*El padre llamará a la maestra de Sam*).
- ¿Creen que este conflicto ha terminado? ¿Por qué sí o por qué no? (*No: si el padre llama a la maestra de Sam, comenzará otro conflicto*).

3. Los estudiantes representan otras versiones del escenario.

Pida a otros dos voluntarios que representen los papeles del padre y de Sam, esta vez utilizando el segundo conjunto de diálogos (lo que los personajes querían decir).

Cuando hayan finalizado, pregunte dónde falla la comunicación en esta versión. (*Después de la frase del padre: "¿Te olvidaste de que tenías una cita con el dentista?"*). Explique que, en este punto, la comunicación colapsa porque, a veces, Sam y el padre ya no hablan de las mismas cosas.

Pida a otros dos voluntarios que interpreten los papeles del padre y de Sam. Explique que, cuando el padre llegue a su segunda línea ("*¿Te olvidaste de que tenías una cita con el dentista?*"), pedirá a los voluntarios que se detengan e improvisen un final completamente nuevo para el escenario, uno en el que los personajes digan lo que en verdad quieren decir y eviten crear un conflicto nuevo.

Si es necesario, guíe al personaje de Sam para que explique por qué llegó tarde y al personaje del padre para que le recuerde a Sam la importancia de llamar a casa si se retrasa por cualquier motivo.

4. Los estudiantes reflexionan sobre la importancia de la comunicación.

Señale que no siempre nos resulta fácil decir lo que realmente queremos decir y que con frecuencia decimos cosas que no queremos. Diga: "En el caso de Sam, cuando se vio expresando mal lo que quería decir, continuó. ¿Qué más podría haber hecho?". (*Los estudiantes podrían responder: podría haberse corregido*). Pregunte: "¿Cómo esto habría cambiado las cosas?". (*Los estudiantes deberían decir que la comunicación entre Sam y el padre podría haber mejorado*).

Diga: "Comunicarse de manera efectiva diciendo lo que se quiere decir puede ser difícil, pero cuanto más trabajen en ello, más fácil será".

Parte II Mensajes en primera persona (15 minutos)

Propósito: los estudiantes pondrán en práctica habilidades de comportamiento asertivo en situaciones de conflicto.

1. Los estudiantes recuerdan la importancia del comportamiento asertivo.

Señale que, en la última versión del escenario, Sam y el padre demostraban un comportamiento más asertivo. Hablaban y actuaban de manera asertiva y, por lo tanto, podían comunicarse de manera más efectiva.

Pregunte si alguien puede recordar cómo ser asertivo, en lugar de pasivo o agresivo. Mediante preguntas e indicaciones, guíelos para que revisen los siguientes criterios que aprendieron a principios de año (vea la "lección 4: Ser asertivo" del *módulo uno: Comunicación*):

- Hagan contacto visual.
- Hablen con calma, claridad y seguridad.
- Usen palabras que demuestren que son responsables.
- Digan lo que quieren decir con respeto.
- Asegúrense de que su lenguaje corporal y sus palabras envíen el mismo mensaje.
- Escuchen a la otra persona y piensen en lo que está diciendo.

Recuérdelos que el comportamiento asertivo suele ser la manera más exitosa de comunicarse, sobre todo durante los conflictos. Diga: "La comunicación efectiva es la clave para resolver conflictos".

2. Los estudiantes ponen en práctica habilidades de comunicación asertiva en los conflictos.

Dígales que cuando se sientan molestos o enojados, pueden recurrir a los "mensajes en primera persona" como ayuda para ser asertivos. Mientras distribuye copias de la hoja de actividades "Mensajes en primera persona", explique que estos mensajes pueden ayudarlos a asumir la responsabilidad de sus sentimientos y comenzar conversaciones que ayudarán a resolver conflictos.

Concédales tiempo para leer el ejemplo de la hoja de actividades. Señale lo siguiente sobre cada parte del mensaje en primera persona:

- Comienza con "yo", no con "tú/usted". También comienza con una afirmación sobre tus sentimientos. Empezar de esta manera garantiza que el orador y el oyente se enfoquen en las emociones del orador y no en una acusación dirigida al oyente. Las acusaciones no fomentan el diálogo, sino que desencadenan conflictos, porque el oyente se siente como si lo estuvieran atacando y, por lo tanto, suele negarse a escuchar. (Escriba: "comenzar con 'yo', no con 'tú/usted'" en la pizarra).
- La segunda parte es una descripción fáctica de la acción que evocó determinadas emociones en el orador. Simplemente plantea el problema o lo que ha sucedido. Observen que no incluye acusaciones ni insultos, como "cuando eres desconsiderado". Este tipo de palabras solo intensificarán un conflicto. (Escriba "describir el comportamiento" en la pizarra).
- La última parte del mensaje explica por qué están experimentando determinadas emociones. Esta parte permite al oyente saber cómo y por qué el comportamiento afectó al orador. Una vez más, es importante enfocarse en lo que es importante para ustedes, y no en acusar o culpar a la otra persona. (Escriba "explicar cómo nos afectó el comportamiento" en la pizarra).

3. Los estudiantes usan mensajes en primera persona para expresar sus sentimientos.

Invite a los estudiantes a completar el resto de la hoja de actividades. Sugiera que consulten la hoja de actividades "A veces me siento..." de la lección 2 a modo de ayuda. Recuérdeles que la hoja de actividades "A veces me siento..." incluye una lista completa de vocabulario de sentimientos.

Cuando hayan finalizado, pida a voluntarios que compartan lo que escribieron. A medida que respondan, pídeles que se expresen de manera asertiva. Si el tiempo lo permite, invite a otros estudiantes a interpretar el papel de la persona que recibe el mensaje, describir cómo reaccionaría ante el mensaje y explicar el motivo. Señale que la práctica de estos mensajes en voz alta ayudará a los estudiantes a preparar los mensajes en primera persona con mayor efectividad.

4. Los estudiantes debaten cómo los mensajes en primera persona demuestran un comportamiento asertivo.

Pídeles que describan el comportamiento asertivo. Pregunte: "¿El uso de mensajes en primera persona puede ayudarlos a comportarse de manera más asertiva? ¿Cómo?" (*Los estudiantes deben decir que el uso de mensajes en primera persona les permite hablar con calma, claridad y seguridad, y decir lo que quieren decir con respeto*).

Parte III A ponerlo en práctica (10 minutos)

Propósito: los estudiantes ponen en práctica habilidades de comunicación en los conflictos en su propia vida.

1. Los estudiantes reflexionan sobre los conflictos en su propia vida.

Pídales que reflexionen sobre un conflicto en el que hayan estado involucrados recientemente, o en uno en el que estén involucrados ahora. Pídales que reflexionen sobre los detalles del conflicto y que piensen en la manera en que reaccionaron. Recuérdeles que piensen también en la otra persona involucrada en el conflicto.

2. Los estudiantes eligen un conflicto para abordar.

Conceda el resto del período de clase para que escriban mensajes en primera persona en los que expliquen cómo se sintieron y por qué. Dígales que se aseguren de identificar los conflictos antes de escribir sus mensajes en primera persona.

Recuérdeles que, cuando escriban sus mensajes en primera persona, es muy importante que sean asertivos, para hablar con calma y claridad, y que controlen sus emociones. Si pueden hacerlo, podrán escuchar de manera activa la respuesta de la otra persona y continuar un diálogo que resuelva el conflicto.

Conclusión (2 minutos)

Pídales que vuelvan a consultar la hoja de actividades del "Segundo acto" y que identifiquen los mensajes en primera persona que encuentren. (*Tanto el padre como Sam utilizaron formas de mensajes en primera persona en sus diálogos de lo que "realmente querían decir"*). Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Hablar y actuar de manera asertiva nos ayuda a comunicarnos de una manera más efectiva, sobre todo en los conflictos.
- Hablar con calma y controlar nuestras emociones nos ayuda a expresarnos de manera asertiva y a resolver conflictos.
- Una buena comunicación es la clave para resolver conflictos.

Evaluación del estudiante

1. Enumera tres razones por las que ocurre la falta de comunicación.
2. Imagina que estás intentando leer, pero otra persona cercana habla muy fuerte. Describe una manera agresiva de pedirle a esa persona que se calle, sin usar un mensaje en primera persona. Luego, describe una manera en que podrías pedirle a esa persona de forma asertiva que se calle, sin usar un mensaje en primera persona.
3. Enumera las razones por las que usar mensajes en primera persona es una manera eficaz de comunicarse.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"La bondad es más importante que la sabiduría, y el reconocimiento de esto es el comienzo de la sabiduría". -Theodore Isaac Rubin, autor de *One to One: Understanding Personal Relationships*

Como clase, analicen juntos cómo la amabilidad y la comprensión pueden ayudar a resolver un conflicto, mientras que forzar las opiniones de una persona puede, con frecuencia, intensificarlo. Pida a los estudiantes que aporten ideas sobre momentos en los que podrían haber usado la amabilidad para resolver un conflicto.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Los mensajes en primera persona se enfocan en la atención y conversación de la persona que habla y sus sentimientos. Pida a los estudiantes que dibujen mensajes "en primera persona". Pídeles que doblen a la mitad un trozo de papel de dibujo. Pida a los estudiantes que reflexionen sobre un conflicto que hayan tenido y dibujen la forma en que vieron el conflicto en una mitad y la perspectiva de la otra persona en la otra mitad.

Analicen cómo ver ambos lados de un conflicto puede ayudar a resolverlo.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que escriban sobre una experiencia que hayan tenido la semana pasada en la que hayan podido evitar una discusión o conflicto.

Debata cómo los estudiantes pudieron lograr esto. Pregunte: "¿Evitar esta discusión o conflicto fue fácil o difícil?".

Usar tecnología

Pida a los estudiantes que busquen en línea información sobre la etiqueta en Internet. Analicen juntos las infracciones comunes de la etiqueta en Internet y cómo se perciben (p. ej., escribir en mayúsculas se considera gritar).

Analice cómo enviar un correo electrónico, un mensaje de texto o un mensaje instantáneo, a menudo, puede intensificar un conflicto, ya que las emociones son difíciles de transmitir en línea. Diga a los estudiantes que seguir la etiqueta en Internet adecuada puede ayudarlos a expresarse en línea.

Tarea

Pida a los estudiantes que investiguen diferentes gestos que se usan para comunicarse en otras culturas. Pídales que también investiguen los gestos que tienen diferentes significados según la cultura.

Debata cómo los errores de comunicación simples debido a las diferencias culturales pueden causar conflicto.

Recursos adicionales

Analice la escritura como un medio de comunicación eficaz.

Permita que los estudiantes elijan un mensaje de *350 Fabulous Writing Prompts* de Jacqueline Sweeney. Pida a los estudiantes que trabajen en sus indicaciones. Luego, pídales que compartan su trabajo con la clase y expliquen lo que esperaban comunicar.

SEGUNDO ACTO

Lee lo que dice cada persona. Además, lee el texto debajo del diálogo para descubrir lo que quiso decir cada persona.

PADRE: (molesto, enojado) ¿Dónde has estado?
(Llegas más de una hora tarde y he estado muy preocupado).

SAM: (a la defensiva) En la escuela.
(Me castigaron y estoy algo avergonzado).

PADRE: (confundido) ¡Pero las clases terminaron hace más de una hora! ¿Qué estuviste haciendo?
(¿Te olvidaste de que tenías una cita con el dentista?)

SAM: (ofendido) ¡Te lo dije! ¡Estaba en la escuela! La maestra nos hizo quedar hasta tarde.
(¿No me crees? Ay, ¿dije “nos”?)

PADRE: (frustrado) ¿Por qué?
(Por favor, sólo explica por qué llegaste tan tarde).

SAM: (ansioso) Porque alguien estaba tirando bolitas de papel masticado y la maestra se enojó y castigó a la clase.
(Bueno, en realidad solamente a mí, porque lancé algunas bolitas de papel masticado).

PADRE: (desconfiado) Eso suena injusto, pero deberías haber tenido la sensatez de llamar.
(¿Y tú no estuviste involucrado?)

SAM: (resentido) ¡Es que la maestra no nos dejaba salir del salón!
(Me olvidé de llamar. Eso es lo que debería haber hecho).

PADRE: (enojado) ¡Ya está! ¡Voy a llamar a tu maestra para hablar de esto!
¡Tuve que cancelar tu cita con el dentista!

MENSAJES EN PRIMERA PERSONA

Los mensajes en primera persona son una muy buena manera de expresarte cuando estás molesto. Cuando los usas, las personas están más dispuestas a escucharte y responder sin enojarse ni ponerse a la defensiva. Lee el ejemplo y luego intenta escribir tus propios mensajes en primera persona.

EJEMPLO

Alguien en tu casa a menudo se olvida de darte tus mensajes.

Me siento molesto
 cuando tú no me das mis mensajes
 porque son importantes para mí.

1. Un compañero de clase comenzó a llamarte con un apodo que no te gusta.

Me siento _____
 cuando tú _____
 porque _____

2. Tu maestra no te ha elegido para hablar en clase en toda la semana, aunque has levantado la mano.

Me siento _____
 cuando tú _____
 porque _____

3. Uno de tus amigos a menudo toma tus cosas prestadas, pero no te las devuelve.

Me siento _____
 cuando tú _____
 porque _____

CREAR UNA SITUACIÓN EN LA QUE TODOS SALGAN GANANDO



AGENDA

- Actividad inicial
- ¿Quién pierde?
- ¿Quién gana?
- ¿Yo primero?
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán la dinámica de las situaciones de ganar-perder y perder-perder.

Los estudiantes reconocerán los beneficios de las situaciones en las que todos ganan.

Los estudiantes practicarán la resolución de conflictos.

Materiales necesarios

- Fichas (Parte III)

Actividad inicial (3 minutos)

Pídales que definan "conflicto". *(Los estudiantes deben responder: el conflicto es el resultado de dos o más fuerzas o ideas opuestas)*. Pídales que analicen cómo se resuelve una típica situación de conflicto (un evento deportivo).

Cuando respondan, indíqueles que no se limiten a describir el evento deportivo y que manifiesten su comprensión de que el conflicto (o el juego) termina cuando una de las partes gana y la otra pierde.

Escriba las palabras "ganar-perder" en la pizarra. Explique que esta misma idea suele aplicarse a otras situaciones de conflicto en la vida, cuando una persona gana, otra suele perder. Explique que hoy descubrirán que esta no es la única ni la mejor opción a la hora de resolver conflictos.

Parte I ¿Quién pierde? (15 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen la dinámica de las situaciones de ganar-perder y perder-perder.

1. Los estudiantes comparten ideas sobre situaciones de ganar-perder.

Escriba las palabras "fútbol" y "tenis" debajo del encabezado "ganar-perder" en la pizarra. Invite voluntarios a nombrar y escribir algunos otros ejemplos de situaciones de ganar-perder. Su lista podría incluir los nombres de otros deportes, así como juegos de mesa, juegos de cartas, juegos de computadora, carreras, concursos de ortografía, concursos, etc.

Haga la observación de que la mayoría de las personas disfrutan jugando y compitiendo en concursos. Explique que, dado que tenemos mucha experiencia con los juegos, el enfoque de ganar-perder en un conflicto nos resulta familiar.

Pregúnteles si creen que los conflictos personales deben manejarse de la misma manera que un juego o una competición. Afirme que no deben hacerlo y, a continuación, tache la columna ganar-perder de la pizarra.

2. Los estudiantes reflexionan sobre situaciones de perder-perder.

Escriba otra columna en la pizarra con las palabras "perder-perder" en la parte superior. Pregunte a los estudiantes qué creen que es una situación de perder-perder. *(Los estudiantes deberían responder: nadie gana; ambas partes pierden)*.

Anime a los estudiantes a reflexionar sobre las situaciones en las que todos pierden ofreciéndoles el siguiente ejemplo: "Supongamos que te pido prestado tu guante de béisbol y me olvido de devolvértelo. Te enfadas y le dices a todas las personas que te he robado el guante. ¿Por qué sería esta una situación de perder-perder?".

Ayúdelos a ver que ahora tanto el dueño como el que pidió prestado el guante están sufriendo consecuencias negativas: una persona ha perdido algo y la otra es víctima de rumores. Señale que ninguno de los dos aquí ha resultado "ganador". Ambos han perdido. Explique que, en las situaciones de perder-perder, las personas pueden estar tan concentradas en asegurarse de que la otra persona no gane que no les importa si ellas mismas pierden. Lo único que les importa es que la otra persona también pierda.

Invite a los estudiantes a identificar quién gana y quién pierde en las siguientes situaciones. A medida que los estudiantes respondan, pídale que expliquen su razonamiento.

- Alguien te insulta, por lo que le pinchas la rueda de la bicicleta. Un maestro te ve y te delata.
- Vas a la misma tienda todos los días para comprar un bocadillo después de la escuela. Un día, el encargado te acusa injustamente de robar en la tienda. Comienzas a gritar al encargado y a arrojar los productos de las estanterías. El encargado llama a la policía.

3. Los estudiantes evalúan las situaciones de perder-perder.

Señale que cada una de las situaciones anteriores tuvo consecuencias negativas y provocó un conflicto mayor. Pida a los estudiantes que identifiquen el comportamiento que originó cada situación de perder-perder. Escriba sus respuestas en la pizarra debajo del encabezado "perder-perder". *(Los estudiantes deben responder: enojarse, vengarse, querer que otra persona pierda, culpar a otra persona).*

Pregunte si alguien considera que las situaciones de perder-perder son buenas soluciones a los problemas. Tache esta columna en la pizarra. Explique que las situaciones de perder-perder son las más fáciles de evitar. Pregunte a los estudiantes si pueden explicar el motivo. *(Los estudiantes deberían responder: porque las personas pueden controlar sus emociones y comportamientos en este tipo de situaciones).*

Parte II ¿Quién gana? (15 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen los beneficios de las situaciones de ganar-ganar.

1. Los estudiantes evalúan las situaciones de ganar-ganar.

Escriba otra columna en la pizarra con las palabras "ganar-ganar". Pregunte cuál podría ser una situación de ganar-ganar. *(Los estudiantes deben responder: una en la que nadie pierde; ambas partes llegan a un acuerdo).*

Recuérdelos que es frecuente que las personas examinen los conflictos desde un punto de vista de ganar-perder. Sugiera que, para resolver los conflictos, tenemos que cambiar nuestra manera de analizar la situación y elegir lo que es mejor para todos, no solo para nosotros.

2. Los estudiantes identifican soluciones de ganar-ganar.

Resuma de nuevo cada una de las tres situaciones de perder-perder descritas en la parte I. Después de cada una de ellas, pregunte a los estudiantes cómo podrían resolverse estas situaciones de manera diferente para que todos los involucrados ganen. Formule preguntas para obtener las siguientes sugerencias de los estudiantes:

- El estudiante podría pedirte que le devuelvas el guante de béisbol. Luego, tú podrías disculparte por haberte olvidado de devolverlo, y el estudiante ya no estaría enojado y dejaría de difundir rumores sobre ti. Una vez devuelto el guante, ambas partes se sentirán bien al respecto.
- En lugar de pinchar la rueda de la bicicleta, podrías enviar un mensaje en primera persona. Una vez que hayas expresado tus sentimientos y la otra persona sepa cómo te sientes, podrás hablar de la situación sin echar más leña al fuego.
- Podrías mantener la calma y explicar al encargado que no has robado nada. Podrías preguntarle respetuosamente por qué cree que estás robando. Luego, puedes vaciar los bolsillos y permitir que el encargado registre tu mochila.

Pida a los estudiantes que lleguen a la conclusión de que, cuando todos ganen y nadie pierda, no habrá conflicto: todos los involucrados se sentirán satisfechos. Reconozca que encontrar soluciones de ganar-ganar no siempre será fácil, pero si los estudiantes ponen en práctica habilidades de resolución de problemas, emplean habilidades de comunicación efectivas e identifican opciones y consecuencias, las encontrarán.

Recuérdelos que tomarse el tiempo necesario para reflexionar sobre un problema y ser responsables de sus sentimientos, palabras y acciones los ayudará a resolver, e incluso a evitar, los conflictos.

Parte III ¿Yo primero? (15 minutos)

Propósito: los estudiantes trabajan en equipos para resolver un problema y llegar a una solución satisfactoria.

1. Los estudiantes participan en un juego que requiere una resolución en la que todos ganen (ganar-ganar).

Divida a los estudiantes en dos equipos pares. Pida a los compañeros de equipo que se sienten juntos en un círculo en lados opuestos del aula. Entregue a cada estudiante dos tarjetas y luego pida a la clase que escriba en letras grandes "primero yo" en una tarjeta y "trabajar juntos" en la otra. Explique que, en este juego, los estudiantes ganarán puntos si eligen colaborar con el equipo contrario o anteponer sus propios intereses. Explique el sistema de puntos a la clase:

- Si un equipo dice "primero yo" y el otro equipo dice "trabajar juntos", el equipo que dijo "primero yo" obtiene tres puntos y le quita un punto al equipo que dijo "trabajar juntos".
- Si ambos equipos dicen "trabajar juntos", ambos obtienen dos puntos.
- Si ambos equipos dicen "primero yo", ambos pierden dos puntos.

Designa a una persona de cada equipo para que sea el orador de ese equipo. Dídeles que, cuando les indique, deben votar en silencio levantando sus tarjetas de "primero yo" o "trabajar juntos". El orador contará los votos. Cuando ambos equipos hayan terminado, haga que los oradores digan la elección de su equipo.

Jueguen varias rondas. Después de las primeras rondas, aliente a los estudiantes a confiar en los demás para encontrar una solución en la que todos ganen. Ayúdelos a darse cuenta de la necesidad de encontrar esa solución en el juego.

2. Los estudiantes analizan la actividad.

Pídales que regresen a sus asientos y, a continuación, comience un debate formulándoles preguntas como las siguientes:

- ¿Qué sucedió cuando ambos equipos abordaron el problema desde una perspectiva de ganar-perder (*es decir, diciendo "primero yo"*)? (*Los estudiantes deben mencionar que perdieron puntos*).
- ¿Cómo se sintieron cuando dijeron "trabajar juntos", pero el otro equipo dijo "primero yo"?
- ¿Tenían miedo de que el otro equipo dijera "primero yo" si ustedes decían "trabajar juntos"?
- ¿Qué sucedió cuando decidieron trabajar para encontrar una solución de ganar-ganar (*es decir, diciendo "trabajar juntos"*)? (*Los estudiantes deben mencionar que fue más fácil ganar puntos para sus equipos*).
- ¿Por qué fue importante la confianza para encontrar una solución en la que todos ganaran? (*Los estudiantes deben responder que la confianza fue importante porque cada equipo tuvo que creer que ambos equipos trabajaban por el bien común*).

Explique que los equipos tuvieron más éxito cuando se dieron cuenta de que ambos podían alcanzar sus metas y decidieron que podían dividir los puntos con facilidad en lugar de luchar por ellos en vano.

Pídales que describan cómo se relaciona esta actividad con la búsqueda de soluciones en las que todos ganan en la vida real. Dídeles que la manera ideal de resolver un conflicto es encontrar una solución en la que todos ganen. Señale que, al igual que en el juego, las soluciones en las que todos ganan suelen requerir que las dos partes involucradas pierdan un poco para que ambas se beneficien.

Conclusión (2 minutos)

Pídales que busquen este tipo de soluciones cuando tengan un conflicto. Pídales que resuman por qué este es el mejor enfoque que se puede adoptar. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Examinen los conflictos desde una perspectiva de ganar-ganar.
- Usen las habilidades de resolución de problemas para encontrar soluciones en las que todos ganen en los conflictos.
- Para evitar o resolver conflictos, tómense el tiempo de reflexionar sobre el problema y sean responsables de sus sentimientos, palabras y acciones.

Evaluación del estudiante

1. Define "ganar-perder," "perder-perder" y "ganar-ganar". Enumera un ejemplo de cada tipo de resolución.
2. Enumera tres ventajas de llegar a una resolución de ganar-ganar.
3. Enumera tres estrategias de llegar a una resolución de ganar-ganar.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"Es mejor doblarse que romperse". -Proverbio escocés

Haga que las parejas de estudiantes pasen al frente de la sala y debatan un tema de su elección que no tenga una solución clara. Explique que el compromiso es, a menudo, la forma en que se resuelven los problemas. Pida a los estudiantes que describan cómo habría terminado la discusión si cada persona hubiera accedido a "doblar".

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Proporcione a los estudiantes papel y marcadores/crayones. Pídeles que creen historietas en las que los superhéroes y los villanos encuentren soluciones beneficiosas para todos a sus conflictos (p. ej., un superhéroe y un villano resuelven sus conflictos para poder combatir una amenaza mayor).

Muestre las historietas de los estudiantes en el salón de clases.

Escribir en el diario

Haga que los estudiantes escriban una carta de disculpa que les gustaría recibir de alguien que los lastimó. Las cartas deben identificar el conflicto en detalle.

Como clase, debata cómo este ejercicio ayudó a los estudiantes a definir los problemas de los conflictos sobre los que escribieron.

Usar tecnología

Pida a los estudiantes que usen PowerPoint, una grabadora de video o una grabadora de audio para crear breves anuncios de servicio público sobre las formas de encontrar soluciones beneficiosas para los conflictos.

Presente estos anuncios de servicio público a la clase.

Tarea

Haga que los estudiantes recorten o impriman artículos que involucren conflictos de publicaciones de noticias o revistas.

Pida a los estudiantes que creen soluciones a los conflictos donde todos salgan ganando.

Recursos adicionales

Indique a los estudiantes que lean la hoja de actividades "¿Pueden las escuelas pagar a los estudiantes discapacitados?".

Pídales que debatan este tema y encuentren soluciones beneficiosas para todos.

¿PUEDEN LAS ESCUELAS COSTEAR A LOS ESTUDIANTES CON DISCAPACIDADES?

Garret Frey tenía solo 4 años cuando se cayó de la motocicleta de su padre y se seccionó la médula espinal. Desde aquel momento, Garret, que ahora tiene 16 años, ha estado paralizado del cuello para abajo. Necesita cuidado las 24 horas y ayuda para comer y beber, cambiar de posición en la silla de ruedas, succionar el tubo de la garganta y controlar el respirador que lo ayuda a respirar.

Sin la ayuda de alguien con conocimiento de enfermería para que lo ayude, Garret no podría asistir a la secundaria Jefferson High School en Cedar Rapids, Iowa, en donde va a segundo año y obtiene buenas calificaciones.

Pero el enfermero con licencia que ayuda a Garret le cuesta a su familia casi \$20,000 al año. Durante años han estado tratando, sin éxito, de persuadir a la junta escolar de Cedar Rapids para que cubra el costo. El noviembre pasado, su disputa llegó a la Corte Suprema de los EE. UU.

“Los niños con discapacidades como yo tienen derecho a recibir educación gratuita”, dice Garret, “sin tener que pagar por atención adicional”.

Sin embargo, el inspector escolar de Cedar Rapids, Lew Finch, insiste en que la junta escolar no cuenta con el dinero para pagar por la atención que Garret necesita. Sostiene que el distrito ya ha contratado a un profesor especial adjunto, ha adquirido un autobús especial y ha adaptado una computadora para Garret. “Tienen que preguntarse en dónde se marca el límite”, afirmó Finch. “Si el tribunal abre esa posibilidad, podría crearse un pozo sin fondo”.

El caso de Garret podría decidir el esfuerzo que deberían hacer las escuelas para ayudar a los estudiantes con discapacidades. La ley federal exige que las comunidades les ofrezcan a los estudiantes con discapacidades acceso total a la educación pública y una gama completa de “servicios relacionados con la educación especial”.

Sin embargo, no hay un acuerdo acerca de cuánta atención adicional tienen derecho a recibir Garret y miles de otros estudiantes con discapacidades graves. Los Frey tienen la esperanza de que la Corte Suprema declare que la ley cubre los servicios como el enfermero de Garret.

El seguro de Garret ha estado pagando por el enfermero. Pero ya casi ha utilizado todas las políticas y su familia no puede pagar los servicios por cuenta propia. Si pierde su caso, es posible que tenga que terminar la secundaria desde su hogar.

El caso de Garret ha aparecido en los titulares, pero dice que no está buscando atención adicional. “Un par de chicos me preguntaron si me consideraba un modelo a seguir”, dice. “No me veo de esa forma, pero si mi caso puede ayudar a cambiar las cosas, creo que sería algo positivo”.

Se espera que la corte anuncie la decisión esta primavera, pero esto no será lo suficientemente pronto para Garret. “Me gustaría que todo se decidiera”, dice, “y espero que ayude a otros niños”.

—Susan Hansen

* Reimpreso con la autorización de la revista React.

AGENDA

- Actividad inicial
- Juntar todo
- Cuándo alejarse
- Práctica
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes debatirán las estrategias que han aprendido para resolver conflictos.

Los estudiantes identificarán situaciones en las que la mejor opción es alejarse del conflicto.

Los estudiantes analizarán situaciones de conflicto y tomarán decisiones sobre cómo resolverlas.

Materiales necesarios

- Una ficha para cada estudiante (Actividad inicial)
- Una copia de la hoja de actividades "Considera todas las posibilidades" para cada estudiante (Parte I)
- Lista de procedimientos y recursos para la resolución de conflictos que se establecen en su escuela (Parte II)
- Una copia de la hoja de actividades "Dilemas" para cada estudiante, cortada en cuatro

escenarios individuales (Parte III)

Actividad inicial (5 minutos)

Cuando los estudiantes ingresen al salón de clases, entregue a cada uno una tarjeta. Pídeles que escriban lo que han aprendido sobre la resolución de conflictos en las últimas cinco lecciones. Pídeles que escriban sobre conflictos recientes en su vida y cómo manejaron estas situaciones de manera diferente a raíz de lo que aprendieron.

Parte I Juntar todo (15 minutos)

Propósito: los estudiantes revisan las técnicas que han aprendido para resolver conflictos.

1. Los estudiantes debaten sus ideas sobre la resolución de conflictos.

Pídeles que enumeren las ideas que consideran importantes de recordar a la hora de lidiar con situaciones de conflicto. Pídeles que escriban sus respuestas en el reverso de las tarjetas que utilizaron al comienzo. Explique que no es necesario escribir las respuestas en un orden determinado.

Pídeles que se pongan de pie y lean el reverso de sus tarjetas. Pida a un voluntario que escriba las respuestas en la pizarra. Si más de un estudiante menciona una idea en particular, pida al voluntario que la subraye en la pizarra. Si es posible, llame a todos para que expresen su opinión.

2. Los estudiantes organizan sus pensamientos.

Diga: "Por lo que está escrito en la pizarra, vemos que todos han aprendido mucho sobre cómo lidiar con los conflictos. Sería de gran ayuda tener toda esta información organizada de alguna manera, ¿verdad?".

Distribuya copias de la hoja de actividades "Considera todas las posibilidades". Concédales tiempo para examinar la hoja de actividades y, a continuación, pregúnteles si creen que estos pasos representan las ideas que están escritas en la pizarra. Comience un debate haciendo preguntas sobre cada paso:

- ¿Por qué es tan importante el primer paso? ¿Pueden pensar con claridad cuando están enojados?
- ¿Por qué es importante identificar la causa de su enojo (segundo paso)?
- ¿Alguna vez estuvieron involucrados en un conflicto en el que no entendían lo que sucedía (tercer paso)?
- ¿De qué manera el cuarto paso representa una encrucijada en el proceso?
- ¿Por qué es clave el quinto paso?
- ¿Pueden escuchar de manera efectiva cuando hablan (sexto paso)?
- ¿Por qué los mejores resultados son aquellos en los que todos ganan (séptimo paso)?

Parte II Cuándo alejarse (10 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican situaciones en las que la mejor opción es alejarse del conflicto.

1. Los estudiantes debaten el papel de tomar decisiones en la resolución de conflictos.

Dirija nuevamente la atención a la hoja de actividades y pida a los estudiantes que identifiquen el atajo en el camino para llegar a una resolución. *(Los estudiantes deberían mencionar que en el cuarto paso, pueden elegir la opción de alejarse).*

Explique que habrá ocasiones en las que deberán enfrentar un problema sin rodeos y lidiar con él, pero habrá otras en las que la mejor decisión será simplemente alejarse.

Señale que la clase no ha dedicado mucho tiempo a examinar esta opción antes, pero que la analizarán ahora, ya que a veces es la mejor decisión que se puede tomar.

2. Los estudiantes identifican los conflictos de los que hay que alejarse.

Invite a los estudiantes a dar ejemplos de situaciones en las que elegir alejarse y evitar más conflictos es la mejor decisión que se puede tomar.

A medida que respondan, escúchelos para que hagan determinadas observaciones. A medida que las hagan, escríbalas en la pizarra. Si es necesario, utilice preguntas y comentarios para guiarlos a reconocer que deben alejarse de las siguientes situaciones:

- Conflictos en los que no puedan controlar sus emociones o comportamientos.
- Ocasiones en las que otra persona involucrada en un conflicto se está descontrolando.
- Situaciones que se intensifican de manera descontrolada.
- Situaciones que se tornan físicas o violentas.

Explique que cada persona tiene el poder de controlar sus propios sentimientos y acciones, pero nosotros no tenemos el poder de controlar los sentimientos y las acciones de los demás.

Reconozca que la meta en estas situaciones debe ser evitar que el problema empeore y que la mejor manera de hacerlo es alejarse del conflicto.

3. Los estudiantes exploran otras opciones para manejar los conflictos que están fuera de control.

Comience un debate preguntando qué más deben hacer cuando un conflicto se sale de control. Anímelos a dar otros ejemplos de este tipo de conflictos, así como sugerencias para lidiar con ellos.

Afirme respuestas que reflejen la comprensión de que, cuando un conflicto se torna violento y la seguridad personal se ve amenazada, o cuando un conflicto de este tipo se está gestando, deben advertir a los adultos de la situación.

Pregunte si conocen los procedimientos escolares o los recursos que están a su disposición en caso de que los conflictos se intensifiquen. Cuando respondan, verifique o aclare la información que brinden. Dígales que tomen nota de esta información.

Asegúrese de que comprendan que, cuando un conflicto se intensifica y amenaza con volverse violento, deben alejarse y buscar ayuda. Señale que no se trata de ser desleal con nadie: es simplemente una cuestión de seguridad para ellos mismos y para los demás.

Sugíérales que guarden la hoja de actividades "Considera todas las posibilidades" en su carpeta o cuaderno y que la revisen de vez en cuando. Haga hincapié en que el uso de estas estrategias los ayudará a resolver los conflictos.

Parte III Práctica (20 minutos)

Propósito: los estudiantes analizan situaciones de conflicto y toman decisiones sobre cómo resolverlas.

1. Los estudiantes trabajan en pequeños grupos para analizar las situaciones.

Divida la clase en cuatro grupos. Entregue a cada grupo uno de los escenarios de la hoja de actividades "Dilemas". Explíqueles que deben analizar la situación en grupo y decidir qué curso de acción es el más adecuado para resolver el conflicto.

Conceda cinco minutos a los grupos para que tomen sus decisiones. Circule entre los estudiantes mientras trabajan, ofreciendo sugerencias o comentarios cuando sea necesario.

2. Los estudiantes comparten las resoluciones.

Pídales que compartan sus resoluciones. Explique que los grupos pueden nombrar a un vocero para que informe sobre la decisión del grupo o los miembros del grupo pueden representar el escenario.

Luego de que cada grupo haya finalizado, invite a los demás a formular preguntas o hacer comentarios sobre cómo se resolvió el dilema. Si es necesario, formule preguntas o haga usted mismo comentarios que ayuden a los estudiantes a reconocer que pueden respaldar la decisión de un grupo o sugerir otra solución.

Conclusión (2 minutos)

Pídales que describan cómo van a manejar los conflictos que surjan en su vida cotidiana. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Tienen el poder de controlar sus sentimientos y acciones, pero no tienen el poder de controlar los sentimientos y acciones de los demás.
- Existen situaciones en las que elegir alejarse para evitar más conflictos es la mejor decisión que se puede tomar.
- Cuando un conflicto se torna físico o violento, aléjense y busquen ayuda.

Evaluación del estudiante

1. ¿Cuándo es mejor retirarse de una situación de conflicto?
2. Describe un conflicto en el que hayas estado involucrado. Mediante el uso de los pasos para resolver conflictos, analiza cómo actuaste. ¿Te comportarías de manera diferente ahora? Si es así, ¿de qué manera?

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"Deseo que seamos mejores extraños". -William Shakespeare

Explique a los estudiantes que, a menudo, es mejor no responder a alguien que está enojado. En estos casos, lo mejor es que se disculpen y abandonen la situación.

Pida a los estudiantes que intercambien ideas sobre una lista de momentos en los que es mejor simplemente alejarse y no involucrarse.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Pida a los estudiantes que intercambien ideas sobre una lista de consejos para alejarse de los conflictos (p. ej., irse, buscar ayuda de un adulto, pedirle a un amigo que los acompañe). Divida a los estudiantes en grupos pequeños. Indique a los grupos que hagan carteles que muestren algunos de estos consejos. Exhiba los carteles alrededor del aula.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que revisen sus notas para este módulo. Pídeles que escriban qué lecciones disfrutaron más y qué habilidades encontraron más útiles.

Usar tecnología

Visite www.wordpress.com y cree un blog de clase sobre conflictos. Pida a los estudiantes que escriban, en papel, entradas breves con consejos para la resolución de conflictos y cómo pueden aplicar (o han aplicado) estos consejos en sus propias vidas. Suba estas entradas al blog. Proporcione a los estudiantes la dirección del blog y déles tiempo para navegar por él.

Tarea

Pida a los estudiantes que escriban un párrafo en respuesta a la siguiente pregunta: ¿Qué harían si su mejor amigo les pidiera que escondieran algo que robó?

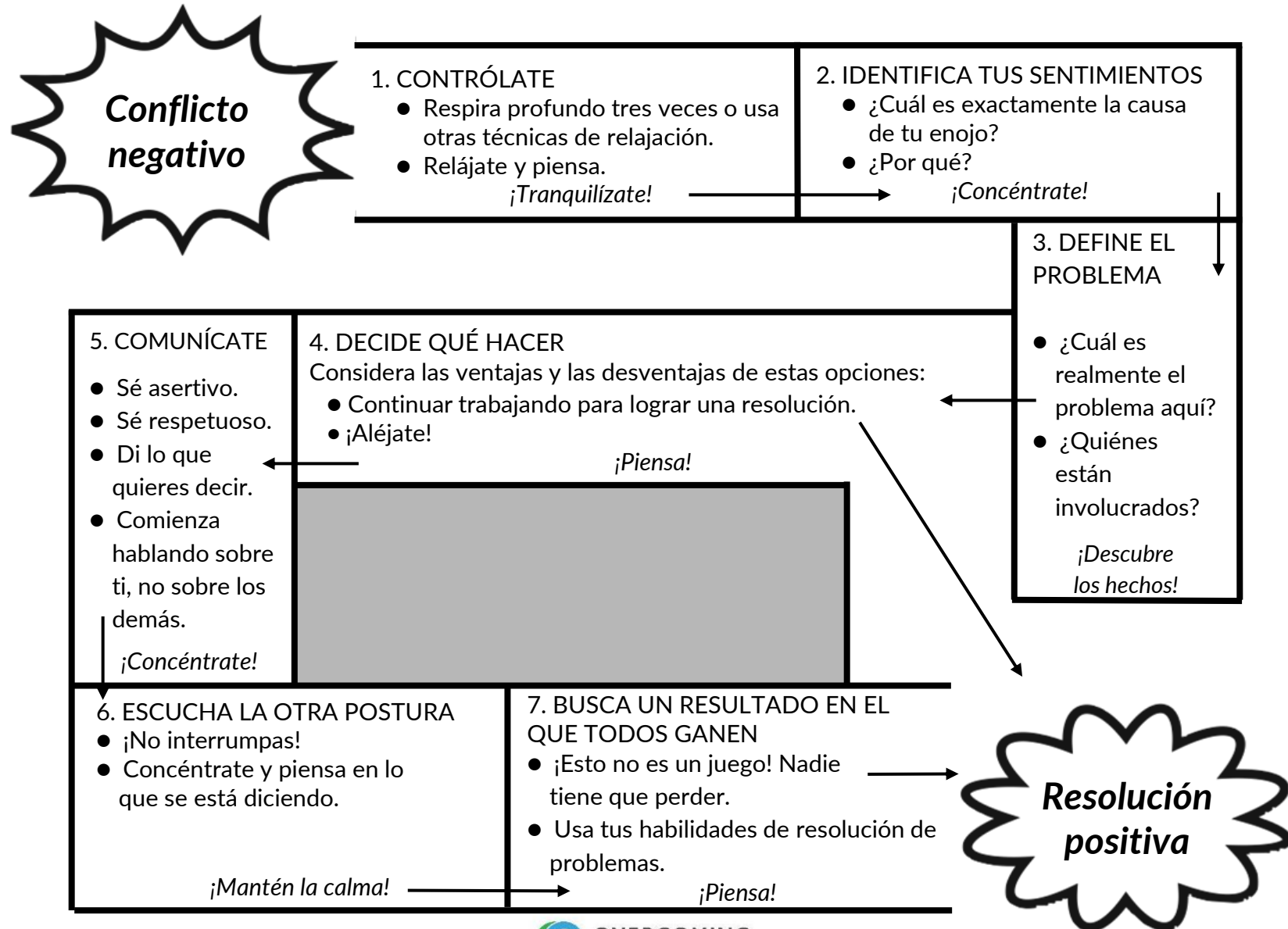
Pida a los estudiantes que presenten su trabajo a la clase.

Recursos adicionales

Pida a los estudiantes que investiguen las estrategias de protesta pacífica utilizadas por Mahatma Gandhi y Martin Luther King, Jr.

Haga que los estudiantes informen sus hallazgos a la clase. Analicen juntos las razones por las que Gandhi y King eligieron protestar pacíficamente en lugar de recurrir a la violencia para resolver sus problemas.

CONSIDERA TODAS LAS POSIBILIDADES



DILEMAS

1. Estás jugando al fútbol con tus compañeros durante el almuerzo. Algunos jugadores se están empujando durante el juego. Mientras todos regresan a clase, alguien te da un puñetazo. ¿Qué haces?

2. Tu amiga está de mal humor porque la castigaron por una semana. Están hablando sobre ir a ver una película cuando, de repente, comienza a gritarte. De pronto, están discutiendo. ¿Qué haces?

3. Tu hermano ha estado molestándote toda la tarde. Le arrojas una almohada y le dices que se detenga. Él te arroja la almohada a ti y te quita los anteojos de la cara del golpe. ¿Qué haces?

4. Escuchas que alguien te acusa de robar una chaqueta. Esta persona perdió una chaqueta que es muy parecida a la tuya. Esta persona se junta con un grupo que tratas de evitar. ¿Qué haces?
