

Viernes 19 de noviembre

Educación Socioemocional

Con acuerdo no hay conflicto

Aprendizaje esperado: *Reconoce lo que sienten los demás en situaciones de desacuerdo.*

Énfasis: *Reconoce lo que sienten los demás en situaciones de conflicto.*

¿Qué vamos a aprender?

Reconocerás lo que sienten los demás en situaciones de conflicto.

¿Qué hacemos?

¿Un árbitro arregla los desacuerdos? Los desacuerdos los resuelven las personas, un árbitro les ayuda a que se den cuenta lo que están sintiendo y tomar las decisiones más justas para todos los involucrados en un conflicto.

Eso es muy difícil porque existen personas que quieren que su punto de vista sea el importante y únicamente se percatan de lo que ellos están sintiendo ¿cómo puedes saber lo que el otro está sintiendo? Observa el siguiente video para empezar a aclarar las cosas.

1. Resolver tus conflictos de Once Niñas y niños 36 seg.

<https://www.youtube.com/watch?v=8iTHWYwluSw&feature=youtu.be&t=36>

Con respecto al video. ¿Qué tienes que hacer? Son cuatro pasos.

Los cuatro pasos son importantísimos, parecen muy fáciles, pero no lo son, tienes que practicarlos:

- 1) Tomarte un tiempo para tranquilizarte.
- 2) Di lo que piensas y sientes con respeto.
- 3) Presta atención al punto de vista de la otra persona.
- 4) Si no pueden resolverlo después de escucharse mutuamente, es importante acudir a un tercero

El siguiente es un ejemplo para que queden claras estas ideas. Es sobre un juego llamado “ponle la cola al burro” y como dos niños lo juegan y lo que sucede.

Daniel y Ollin son unos niños de 5 años, son muy inquietos y divertidos. Que en la escuela estaban jugando a “poner la cola al burro” donde corresponde. Ganará quien lo haga más rápido y quien llegue más cerca del blanco.

Ollin es el primero en pasar, y realiza esta prueba con los ojos vendados.

Daniel en este turno, realiza la prueba sin venda en los ojos. A lo que Daniel grita *¡Gané, lo hice más rápido!*

La maestra lo felicita y dice que lo harán de nuevo y que esta vez Ollin podrá realizar la prueba sin venda.

Ollin, realiza esta prueba sin venda. Muy bien, este niño es un campeón. Y es el turno de Daniel la maestra trata de vendarle los ojos y comienza a poner peros, la maestra le dice que *nada de peros*.

Daniel lo intenta y no lo logra, le pregunta la maestra *¿Qué pasó?* Y todo alterado dice que *¡Eso no fue justo! Él tenía ventaja, yo tenía los ojos vendados y él no.*

Ollin contesta que el desafío fue justo

Daniel insiste: *no estoy de acuerdo y me siento... ¡arrgh!* se va a un rincón con los brazos cruzados.

Aquí entra el primer paso para la resolución del conflicto:

1) Tomarte un tiempo para tranquilizarte.

Puede ser que al notar que la otra persona piensa diferente, sientas enojo o frustración. Esas emociones pueden convertirse en aflitivas y recuerda que, cuando una emoción se vuelve aflitiva, puede llevarte a tomar decisiones que pueden afectarte o afectar a otras personas. Por eso es importante que te des una pausa y respires atendiendo a lo que sientes y reflexiona acerca de lo que la otra persona puede sentir. ¡Es probable que se sienta frustrado igual que tú!

Daniel regresa con Ollin y dice que ya está en calma.

2) Di lo que piensas y sientes con respeto.

Siempre con respeto, sin hacer sentir mal a nadie. Daniel dice a Ollin que está enojado porque a él lo hicieron ponerse la venda y que a él no, que por eso él pudo poner la cola del burro mucho más rápido y mejor. Y eso le parece injusto y lo puso triste porque el hizo su mayor esfuerzo.

3) Presta atención al punto de vista de la otra persona.

Míralo a los ojos y espera a que termine de hablar para entonces hablar tú. Es muy importante expresar lo que sientes, pero también entender lo que la otra persona piensa y siente. Es muy probable que eso te permita entender lo que está pensando y sintiendo la otra persona, pues verás el problema desde otro lado. Esto es muy importante para resolver un conflicto ya que a veces no lo tomamos en cuenta y generalmente ni siquiera imaginamos lo que otros sienten.

Eso es ponerse en los zapatos del otro, o sea imaginar cómo se siente y entonces será más fácil resolver el conflicto, quizá cediendo un poquito en lo que tú quieres para que todos salgan beneficiados con el acuerdo. Hacer esto es como ser un poquito el árbitro cuando no hay árbitro.

Después de eso Daniel está un poco más tranquilo, y entiendo lo que dijo Ollin, que fue justo porque en la primera ronda él tenía los ojos vendados y Daniel no, por eso Daniel gana en ese turno.

4) Si no pueden resolverlo después de escucharse mutuamente, es importante acudir a una tercera persona

En el caso de los niños y niñas a una persona adulta que les pueda ayudar a tomar una decisión equitativa y justa para ambas partes. Será un árbitro.

Es importante recordar que lo más importante en la resolución de un conflicto es que se llegue a un acuerdo que beneficie a ambas partes y les permita convivir de manera armónica.

Daniel reconoce que Ollin pudo haber sentido, en la primera ronda, lo que él en la segunda. Entonces, declaraba un empate.

Al final del día Daniel le dice a Ollin: *Gracias Ollin por jugar conmigo. Me enojé cuando sentí que lo que pasaba no era justo, pero no tomé en cuenta que antes mi amigo se había sentido así. Lo bueno fue que pensó las cosas y reconoció que los dos se sintieron igual.*

Es muy importante aprender a ponerse en el lugar de las otras personas cuando tienes que resolver un conflicto como este o como otros que se pueden presentar.

Usualmente las personas piensan y sienten de manera diferente, y generalmente, ante una misma situación reaccionan de manera distinta, porque únicamente toman en cuenta su punto de vista.

Lee el siguiente cuento que trata sobre este tema:

¿Quién es más veloz el zorro o la Liebre?

Se llevan a cabo las olimpiadas en el bosque y todo es conmoción. Los animales esperan como siempre esta gran competencia, que premiará a los mejores atletas de la comarca.

El armadillo, campeón de lanzamiento del tomate opina que todos deben trabajar la fuerza pues es lo más importante.

La rana Salti, quien ostenta la marca mundial, bueno, mundial del bosque, dice que lo mejor para la salud, es saltar y saltar.

Huachinango el pez, dice que la natación es lo mejor para los pulmones, él es campeón de los 1500 metros bajo el agua aguantando la respiración.

Finalmente, Andarín el ciempiés defiende a muerte que caminar es lo mejor, claro teniendo tantos pies seguramente aguantará horas y horas de dicho ejercicio.

En los vestidores del estadio, se escucha tremenda trifulca, hay gritos y se siente una molestia general.

Rayo la Liebre y el zorro Iciuhcac (rápido en náhuatl) tienen horas discutiendo quién de los dos es más veloz.

“Yo soy el animal más veloz de este bosque” vociferaba Rayo, soy tan rápido como el viento y nadie me puede igualar.

Ja, ja, ja reía estruendosamente Iciuhcac, “si corres en contra mía, solo verás el polvo que dejan mis patas al correr delante de ti”.

La tortuga M, quién era la entrenadora del equipo, les pedía calma y que no discutieran más, que en unos momentos correrían en la pista y tendrían forma de demostrarlo.

Yo ganaré...

No lo haré yo...

Se escuchaba por todo el vestidor cuando la voz de Jusho, el locutor de la competencia dijo: “Competidores y competidoras de los cien veloces metros a la pista del estadio”

*Así, había llegado el momento de la verdad, no había más... en la pista se decidiría quién era el animal más veloz del bosque.
En sus marcas, listos, fuera.*

*El disparo de salida sonó y los corredores salieron como saetas hacia la meta. Eran tan rápidos que no se les veía con precisión, en un santiamén estaban cruzando la meta, pero: ¿Quién ganó?
Hubo que revisar el foto-finish, o sea la foto de llegada.
¿Quién tenía la razón? Rayo o Iciuhcac.*

Después de un tiempo corto que a todos pareció una eternidad, se determinó que ambos habían corrido la distancia en el mismo tiempo...

*... ¡junto a Salti la rana! ¡algo único en la historia! ¡Triple empate!
Con la boca abierta por la impresión Rayo y Velochi se voltearon a ver ¡no lo podían creer!*

*Cuando salieron de su asombro, juntos buscaron a Salti y se dieron un gran abrazo.
No importa quién es más rápido, dijo Rayo, si unimos nuestra capacidad podremos ser un equipo muy bueno.*

Tienes razón, me enojaba pensar que podías ser más rápida que yo, pero eso no es tan importante si juntos podemos lograr cosas buenas para todos.

Juntos fueron a ver a M la tortuga y le pidieron ser parte del equipo de relevos. Y así, los tres juntos compitieron y sumando esfuerzos lograron ser parte del equipo ganador de las olimpiadas selváticas 2020.

Fue bueno que se pusieran de acuerdo finalmente, porque hicieron equipo y juntos fueron campeones. Si hubieran seguido peleando no hubieran podido competir en equipo.

Hasta que no se dieron cuenta que todos y todas tenían habilidades diferentes y podían contribuir para formar un equipo más fuerte, que separados. El enojo y el egoísmo no les permitía ver con claridad.

A veces las emociones, cuando se vuelven aflictivas son como una venda que no te deja ver, o como unos tapones que no nos dejan escuchar.

Por eso debes reconocerlas, no solo en ti, también en los demás para poder entender lo que están sintiendo cuando surge un conflicto y entre todos poderlo resolver.

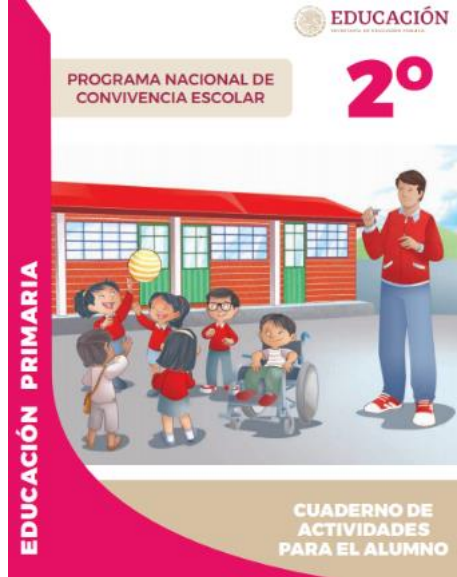
Si te es posible consultar otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia. Si tienes la fortuna de hablar una lengua indígena aprovecha también este momento para practicarla y platica con tu familia en tu lengua materna.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas



<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533113/2o-Cuaderno-OK-PNCE.pdf>