Miércoles
02
de marzo

Quinto de Primaria
Formación Cívica y Ética

Apostamos por una cultura de paz

Aprendizaje esperado: *comprende los beneficios de la cultura de paz y la no violencia como principio de vida y los representa de distintas maneras.*

Énfasis: *identifica causas de conflictos cotidianos y propone alternativas para resolverlos priorizando el respeto, la solidaridad y reciprocidad.*

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás a manejar y lidiar con un conflicto o desacuerdo, también conocerás unas técnicas de cómo manejar tus emociones.

¿Qué hacemos?

Para iniciar nuestra clase vamos a hacer un resumen de la sesión pasada:

- Los roles y estereotipos tradicionales obedecen a una construcción cultural del género, según la cual, se asigna a las personas determinados papeles, ocupaciones, expectativas, comportamientos y valores por el hecho de haber nacido mujeres u hombres.

- Las instituciones que defienden los derechos humanos de las mujeres y las niñas son las instancias que proporcionan ayuda y asesoramiento para abatir la violencia de género.

- El sexo es una condición del cuerpo humano, con el que nacemos, que hace diferentes biológicamente, a los hombres de las mujeres. Mientras que, el género se refiere a las formas de comportamiento que aprendemos en nuestra familia, escuela y comunidad.

- Y, por último, el número de emergencia para cualquier situación de violencia, es el 9-1-1 también aquí pueden proporcionar ayuda para las personas que sufren violencia de género.

Puedes considerar que un conflicto te da también oportunidad de llegar a un acuerdo o encontrar la solución a un problema. Es ver las cosas distinto y poner en práctica tus intenciones de llevar una vida pacífica.

Los conflictos y los desacuerdos, están presentes en nuestras vidas y, por tanto, es importante saber manejarlos de la mejor forma.

El conflicto es cómo cuando te encuentras en un cruce de caminos y debes de tomar solo uno. Es decir, debes tomar una decisión y elegir qué hacer.

A veces te encuentras en una encrucijada, no solo con otras personas, si no también contigo misma, cuando debes tomar una decisión.

Saber solucionar un conflicto, es una capacidad que es bueno desarrollar con el tiempo para aprender a convivir de forma pacífica y sentirnos bien.

Las cosas que suceden en la vida, no sólo dependen de ti, lo que sí depende de ti es ¿Qué vas a hacer con eso? y ¿En qué lo vas a transformar?

Lo que puede poner a la gente en desacuerdo a veces, pueden ser posturas equívocas en lo que pensamos, creemos o sentimos o por actos que hacemos y que pueden ir en contra de otra persona o de más personas o grupos sociales.

Para saber más sobre el tema, te ayudará conocer una historia escrita por Eva María Riber y el cuento se llama “Un chocolate muy especial”, esto te ayudará a ver este tipo de situaciones. Te invito a leerlo.

Un chocolate muy especial
- Mami, mami, hoy llegó una niña nueva a la escuela.
- Qué bien cariño, ¿Jugaste con ella?
- No mami, la mordí.
- ¿La mordiste? pero, ¿Por qué lo hiciste?, la niña nueva estará muy triste.
- Mami, yo quería probarla.
- ¿Probarla?
- Si mami, la niña nueva es de chocolate y otros niños la llamaron negra.

- ¿De chocolate? ¿Negra? ¡Oh! Cariño ya entiendo. Ven, acércate, siéntate junto a mi, quiero contarte una historia.
Mira, hace muchos años, en un país muy lejano, existía una pequeña aldea en la que sus habitantes vivían muy tristes porque el Sol cada día brillaba tan fuerte que solo les quedaba la noche para poder salir fuera de sus casas. Los niños no podían ir a la escuela, los papás no podían ir al trabajo.
- Pero mami, hoy también brillaba el Sol fuerte y fuimos a la escuela.
- Tienes razón cariño, pero fíjate, escucha.
En aquella aldea además de brillar muy fuerte el Sol, quemaba tanto, que los campos estaban sin flores, los ríos se secaban y si sus rayos tocaban en la piel de los aldeanos les producía unas quemaduras terribles. Entonces un día una niña pequeña como tú, le dijo a su mamá:
- Mami, esta noche buscaré al Señor Sol y le pediré por favor que deje de quemar nuestros campos, de secar nuestros ríos y de dañar nuestra piel. Él no me da miedo, la noche me protegerá y yo me cubriré muy bien.
La niña subió muy despacito una gran montaña esperando sin miedo a que el Señor Sol apareciera en el horizonte.
- ¡Señor Sol, Señor Sol!
- ¿Quién me despierta tan temprano? Aún no ha amanecido La voz del Señor Sol era un poco ronca pero la niña no se asustó y continúo llamándole.
- ¡Señor Sol, por favor deje de quemar a mi pueblo!
Entonces el Señor Sol abrió sus brillantes y grandes ojos sorprendiéndose al ver a una niña pequeña envuelta en telas de muchos colores, despertándole tan temprano.
- ¿Qué haces aquí pequeña? ¿Por qué llevas esas telas? apenas puedo verte. ¿No tendrías que estar en la escuela? Le preguntó El Señor Sol un poco disgustado.
Entonces la niña le explicó con todo detalle el motivo de su visita.
- Si me quito estas telas, quemarás mi piel clara y me dolerá mucho.
El Señor Sol se quedó muy pensativo y transcurridos unos minutos a los que la niña espero pacientemente le dijo:
- Eres muy valiente, y tienes un gran corazón porque no solo has venido por ti, así que voy a hacerte un regalo.
Buscó en un bolsillo de su gran bola radiante, sacando de él unos saquitos que entregó a la niña diciéndole:
- Mira, dentro de estos saquitos hay unos pequeños escudos mágicos que protegerán tu piel y a todos los habitantes de tu aldea. Tu piel se oscurecerá y estará siempre protegida contra mis fuertes rayos. Para tus campos y tus ríos, mandaré a mis amigas las nubes para que preparen las estaciones de las lluvias y no se olviden de tu aldea.
La pequeña agradeció al Señor Sol todos sus regalos y marchó rápido hacia la aldea. Al día siguiente, todos los habitantes de la aldea habían puesto ya en su piel los pequeños escudos mágicos que les protegerían de los fuertes rayos solares. Su piel se oscureció, ¡estaban radiantes! Y la aldea volvió a la normalidad.
- Mami, entonces, ¿Mi amiguita viene de un país lejano?
- Seguramente cariño, sus abuelitos o sus antepasados vinieron de lugares donde el Señor Sol quema mucho y una fina capa de su piel se oscurece para protegerles. Por eso tú pensaste que tu amiguita era de chocolate.

- Gracias mami, mañana le daré muchos besitos a mi nueva amiga, le pediré perdón y jugaremos juntas. Sabes mami, su cara estaba radiante.

En esta historia puedes ver lo importante que es practicar la igualdad, la tolerancia, el respeto a las diferencias y a partir de ahí, el saber resolver conflictos para convivir mejor.

Ahora sintetiza los aspectos que la componen con ayuda de unas preguntas para que entiendas de qué habla:

¿Cuál era el conflicto que se presentó?

> La pequeña niña no entendía porque su nueva compañera era de piel oscura, por ello su mamá le contó una historia sobre una aldea que vivía muy triste porque el señor Sol quemaba todo lo que tocaba.

¿Qué crees que aprendió la niña con el cuento que le contó su mamá?

> La importancia de dialogar para llegar a una solución y respetar las diferencias que existen entre las personas.

¿Cuál fue la decisión que tomó la niña al escuchar el cuento?

> Tomó la decisión de que ya no mordería a la niña de chocolate, sino que le daría besitos.

Lo que se aprende de este cuento es que el diálogo y la escucha activa son parte esencial para la resolución de conflictos. Pues el señor Sol prestó total atención y permitió que la pequeña manifestara su punto de vista sobre lo que sucedía en la aldea, y también se mostró tolerante y cedió para que establecieran un acuerdo justo para todos.

Puedes encontrarte con muchos obstáculos y a veces no todos están dispuestos a solucionar conflictos.

Hay un dicho que creo te puede dar respuesta: “Cuando un problema no tiene solución, deja de ser un problema” es decir, si después de agotar todas las vías de comunicación para resolver los conflictos, no funcionan. Hay que saber ceder, negociar o invitar a alguien para que te dé su opinión, tal vez la solución pueda venir de alguien diferente a las personas que están en el conflicto.

Ante esas situaciones, tienes que decidir qué vas a hacer con eso, cómo lo vas a transformar en algo distinto y no violento para ti.

Jamás debes engancharte contra la agresión o la violencia, el primer paso para evitar esto es tomar un tiempo para tranquilizarte después de decir lo que piensas y sientes, con respeto.

El siguiente paso, es de suma importancia: prestar atención al punto de vista del otro, aquí se emplea la escucha activa.

La escucha activa se refiere a prestar toda tu atención cuando alguien habla, mirándole a los ojos y esperar a que termine de hablar sin interrupciones. Para después dar tu punto de vista u opinión sobre lo que se habla.

Por eso es que, ante un conflicto, es de gran importancia ser tolerante y escuchar a la otra persona, para que después, el turno de expresar tu sentir y pensar, sea el tuyo.

Sin embargo, en caso de no lograr esta comunicación entre las dos personas, se puede pedir el apoyo de un adulto, el adulto se convertirá en el mediador que apoyará a buscar un acuerdo justo y aceptable para todas y todos.

Para lograr que seas capaz de resolver los conflictos de forma autónoma y pacífica, es de gran importancia aprender a dialogar.

Tener una actitud abierta para investigar alternativas de solución, ayuda a evitar confrontaciones.

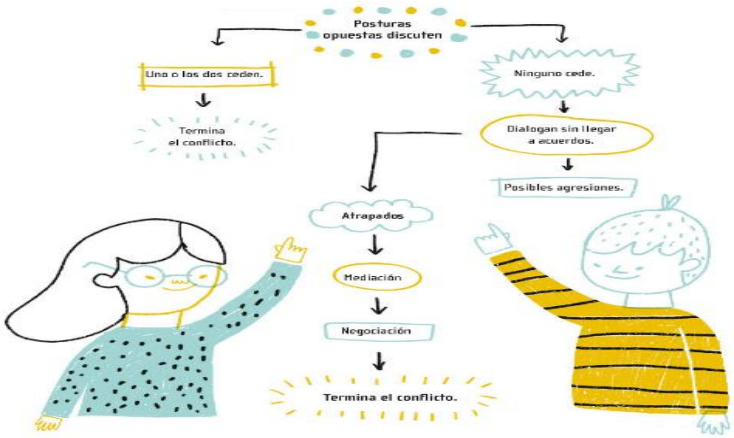
Existen muchas técnicas que pueden ayudar para evitar un conflicto por ejemplo "Inflarse como un globo" esta consiste en llenar tus pulmones de aire, al mismo tiempo que levantas las manos. Después poco a poco irás sacando el aire despacio por la boca, como si te estuvieras desinflando, después de este ejercicio te sentirás más relajado.

Hay que aprender a conocer un poco a la otra parte y proponerle una manera que le guste para llegar a un acuerdo.

El que se enoja pierde, pues al no poder controlar las emociones en un conflicto, la persona se cierra a su sentir y pensar y algunas veces, no es capaz de ver soluciones ante lo que está enfrentando, eso sin mencionar que pueden llegar a las agresiones físicas o verbales.

En tu libro puedes encontrar buenos ejemplos de lo he hablado, abre tu libro de Formación Cívica y Ética en la página 85.

Como ves, en tu libro aparece un esquema donde puedes observar que ante un conflicto existen dos posturas opuestas.



Si ninguno cede y dialogan sin llegar a acuerdos, el conflicto sigue y puede volverse muy violento, pero también, puedes sentirte atrapado y solicitar a otra persona que actúe como mediadora para apoyar en la negociación.

A veces se cree que CEDER es mostrar debilidad, y no, no es así, CEDER significa entender toda la situación y entender que en nuestra mano está darle fin a una mala situación y evitar más daños.

Es necesario experimentar rutas novedosas, ensayar alternativas, exigirle a la imaginación, y tener un interés auténtico por resolver cada conflicto y la práctica de valores en busca de soluciones pacíficas.

Hay que hacer todo lo posible por encontrar soluciones, y si esto sale de tus manos, busca proteger tu integridad y tu bienestar emocional.

El reto de hoy:

Te invito a que leas la situación de la página 84 de Doroteo y Robustiana, y consideres quien podría ceder para solucionar la situación, sin perjudicar sus objetivos.

Piensa en crear alternativas, usar la inteligencia y la imaginación para llegar a acuerdos, implementa la escucha activa, y si te es posible, investiga un poco más acerca de este tema.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:
Lecturas

https://www.conaliteg.sep.gob.mx/