

UNIDAD DIDÁCTICA

“Reconozco la importancia de resolver los conflictos en mi vida cotidiana”

INTRODUCCIÓN

Guido Bonilla (1998) citado por Fuquen, M. E. (2003). Afirma que debe considerarse el conflicto como una situación social, familiar, de pareja o personal que sitúa a las personas en contradicción por distintos intereses y motivos que les compete, oponiéndose a la opinión de la otra persona con el fin de validar su punto de vista.

Esta apreciación permite ver el conflicto como algo negativo. Sin embargo, es precisamente a partir del conflicto que se genera una oportunidad para manejar procesos de aprendizaje, en las cuales los actores del conflicto interactúan y promueven la participación con el fin de desarrollar espacios que permitan satisfacer las necesidades e intereses que presentan las personas, grupos o comunidades en la vida cotidiana. El conflicto como una oportunidad de aprendizaje introduce un proceso continuo de construcción y reconstrucción del tejido social, cuando se replantean las relaciones colectivas que permiten el entendimiento y la convivencia, más aún si se tiene en cuenta que el conflicto está presente en la vida personal y familiar, en el ámbito educativo y laboral, en la situación económica y en el manejo de las relaciones interpersonales. Fuquen, M. E. (2003).

Dentro de las formas alternativas de resolución de conflictos se encuentran la negociación, la mediación y la conciliación

1. Negociación Se trata de un modo de resolución pacífica, manejado a través de la comunicación, que facilita el intercambio para satisfacer objetivos sin usar la violencia. La negociación «es una habilidad que consiste en comunicarse bien, escuchar y entender, buscando una solución que beneficie a todos.

2. Mediación Consiste en un proceso en el que una persona imparcial, el mediador, coopera con los interesados para encontrar una solución al conflicto. El mediador escucha a las partes involucradas para determinar los intereses y facilitar un camino que permita encontrar soluciones equitativas para los participantes en la controversia.

3. Conciliación Se trata de un proceso o conjunto de actividades a través del cual las personas o partes involucradas en un conflicto pueden resolverlo mediante un acuerdo satisfactorio.



@AssbasaludESE

1. OBJETIVO

Promover en los participantes estrategias prácticas, buscando el desarrollo de habilidades que les permita reconocer y enfrentar posibles conflictos en la vida cotidiana.

2. COMPETENCIA A DESARROLLAR

Los usuarios logran identificar aquellos elementos necesarios en la resolución de conflictos

3. METODOLOGÍA

Fase inicial: actividad rompe hielo “adivina el refrán”, para esta actividad la facilitadora llevar una serie de refranes que los participantes deberán completar, el usuario que mas refranes adivine, ganara

Fase central: por medio de la actividad, la pelota conflictiva, la facilitadora explica el concepto de conflicto y los elementos indispensables para resolverlos, invitando a los participantes a transporta de un extremo del salón al otro la pelota en un cartón sin que esta se caiga, las condiciones son que todos los usuarios deben participar y buscar la alternativa para llevar la pelota, ya que posteriormente cada participante tendrá un trozo de cartón, con el fin de formar un ducto por el cual también deberá ser transportada la pelota. El grupo de logre llevarla sin dejarla caer, ganara

Fase final: posteriormente, la profesional, solicitara a los usuarios hacerse en parejas, donde cada uno estará sujeto de las muñecas a una tira de lana, está la entrelazan entre si ya que el objetivo es soltarse, con la condición de que no deben quitarse la lana de las muñecas ni soltar el nudo, los participantes que logren hacerlo, ganaran

Finalmente se enseña la técnica, inflarnos como globos, explicándoles a los usuarios que cuando nos encontramos en una situación conflictiva, esto nos produce una reacción emocional y, también, fisiológica, por lo cual se tomarán respiraciones profundas, estando de pie y con los ojos cerrados. A medida que se vayan llenando los pulmones de aire, irán levantando los brazos. Este paso se repite varias veces, las suficientes para que todos hayan aprendido a hacer el ejercicio correctamente, enfatizando que este les permitiría encontrar tranquilidad y gestionar mejores emociones desagradables ante situaciones conflictivas.

4. MATERIALES:

Refranes, cartulina, tubos de cartulina, pelota y lana.

5. EVALUACIÓN:

Se pide a tres de los asistentes expresar como se sintieron durante el encuentro y qué aprendieron sobre el tema. A partir de allí, se darán conclusiones pertinentes.



@AssbasaludESE

6.REFERENCIAS

Fuquen, M. E. (2003). Los conflictos y las formas alternativas de resolución. *Tabula rasa*, (1), 265-278.

7.ELABORADA POR:

Vanesa Franco Castro
Psicóloga Estrategia PIC

8.ANEXOS



asalud
E.S.E
parte de mi vida



@AssbasaludESE

-No hay mal que dure cien años
-A mal tiempo, buena cara
-Quien mucho abarca poco aprieta
-Más vale pájaro en mano que cien volando
-En casa de herrero, cuchillo de palo
-Camarón que se duerme se lo lleva la corriente
-De tal palo, tal astilla
-A palabras necias, oídos sordos
-Donde manda capitán, no manda marinero
-Mucho ruido y pocas nueces
-Por la boca muere el pez
-No hay peor ciego que el que no quiere ver
-Perro que ladra no muerde
-Aunque la mona se vista de seda, mona queda
-Al que madruga, Dios lo ayuda”
-A caballo regalado no se le miran los dientes
-Cría cuervos y te quitarán los ojos
-Dime con quién andas y te diré quién eres
-Hazte la fama y échate a dormir
-No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy
-No todo lo que brilla es oro
-Árbol que nace torcido jamás su tronco endereza
-A falta de pan, buenas son las tortas
-Donde hubo fuego, cenizas quedan.
-Ojos que no ven, corazón que no siente”
-A barriga llena, corazón contento.

-Del árbol caído, todos hacen leña
-Agua que no has de beber, déjala correr
-Zapatero, a tus zapatos
-Más vale malo conocido que bueno por conocer.
-Afortunado en el juego, desafortunado en el amor.
-Juego de manos, juego de villanos.
-Una mano lava a la otra.
-Quien se fue a Sevilla perdió su silla.
-A donde el corazón se inclina, el pie camina.
-A lo hecho, pecho.
-Más vale prevenir que curar.
-Quien siembra vientos cosecha tempestades.
-No hay luna como la de enero, ni amor como el primero.
-Riqueza sin compañía no es alegría.
-Cuando el río suena, piedras trae.
-La curiosidad mató al gato.
-En boca cerrada no entran moscas.
-Cuando el gato no está, los ratones hacen fiesta.
-Lo barato sale caro.
-No hay mejor pariente que el amigo presente.
-Dios los cría y ellos se juntan.