

AUTO-TALLER

COMPETENCIA EMOCIONAL

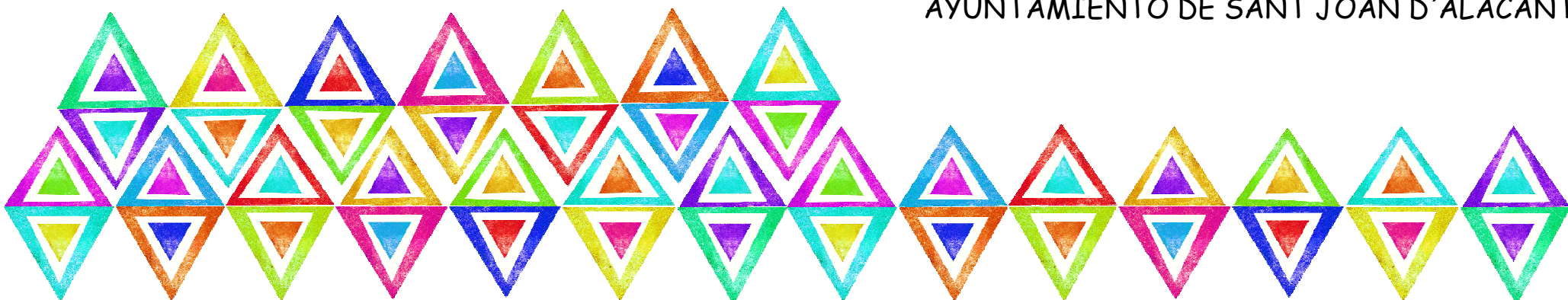
Y PREVENCIÓN DE CONFLICTOS DE CONVIVENCIA

CUADERNO PARA EL PROFESORADO

1º ESO

CONCEJALÍA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA

AYUNTAMIENTO DE SANT JOAN D'ALACANT



Autoría de los textos: **Juan Lillo Simón**

Arte y diseño gráfico: **María Moreno Vidal**  
**Pablo Omeñaca Martínez**

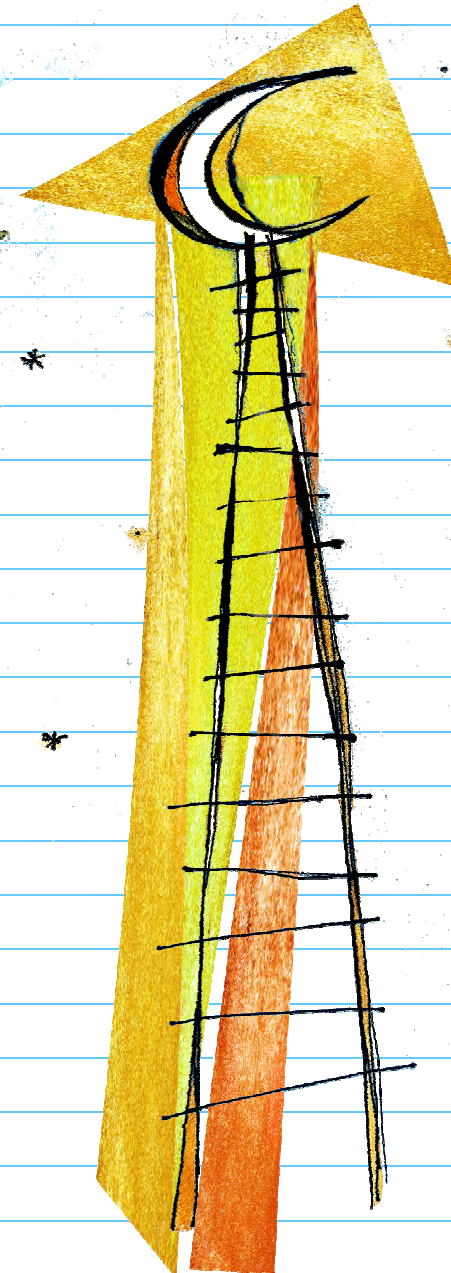
# PRESENTACIÓN

La Concejalía de Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Sant Joan D'Alacant inició el Taller Competencia emocional y prevención de conflictos de convivencia el año 2012. Ocho cursos consecutivos, el alumnado de primero de Educación secundaria obligatoria participó en distintas propuestas didácticas destinadas al impulso de la convivencia positiva.

El taller contribuye a resolver el problema del acoso escolar. Propone el análisis racional del conflicto como oportunidad, identificando sus dimensiones comunes: expectativas enfrentadas, sentimientos tóxicos y procesos de competencia en la agresión. Permite al alumnado reflexionar sobre la historia de sus propios conflictos y proponer soluciones basadas en habilidades sociales: reconocimiento, comunicación, negociación y pacto.

El curso lectivo 2020-2021, enfrentó la situación extraordinaria forzada por la emergencia sanitaria COVID 19. No obstante, la Concejalía de Participación Ciudadana quiso estar presente, también este año, con la edición de estos breves **auto-talleres** que permiten al alumnado recibir la información y las actividades para pensar y aprender con autonomía.

Esperamos que resulten del interés y el agrado de la comunidad educativa.



# PROPUESTA DIDÁCTICA



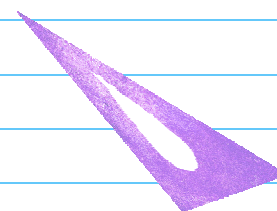
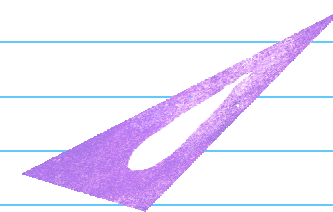
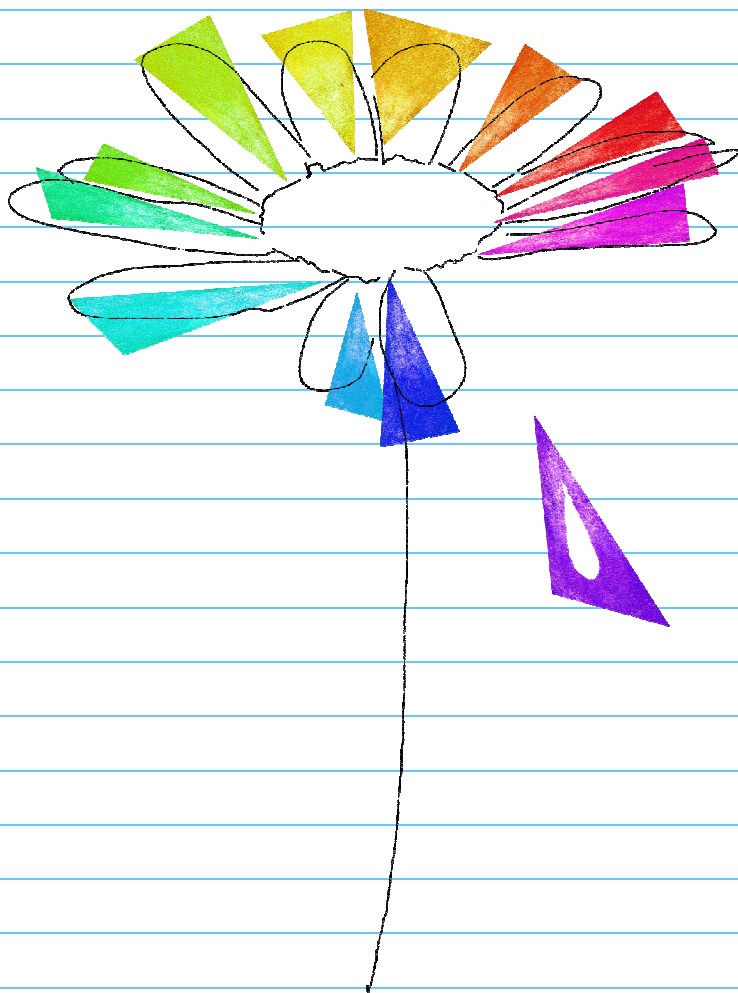
El taller se divide en dos cuadernos, el primero, dirigido al profesorado, ofrece los contenidos para impartir en el aula. A ser posible, insertos en el plan de acción tutorial. Aunque no es estrictamente necesario.

Los contenidos son breves, pero contemplan los aspectos fundamentales de la mediación. Están redactados en primera persona, tal como pueden transmitirse en clase siguiendo una proyección en pizarra digital.

El segundo cuaderno, dirigido al alumnado, ofrece las actividades y fichas del taller. Se pueden completar en el aula, o en casa. Los ejercicios sirven a la reflexión, el aprendizaje y ponen en valor la cultura de paz.

Los contenidos y las fichas pueden alternarse, según los intereses o el ritmo de cada grupo. Pero en general pueden impartirse en tres o cuatro sesiones de tutoría. Los conceptos y competencias adquiridas servirán a lo largo del tiempo para la mejor prevención y solución de los conflictos de convivencia.

COMPETENCIA EMOCIONAL  
Y PREVENCIÓN DE CONFLICTOS DE CONVIVENCIA  
CONTENIDOS



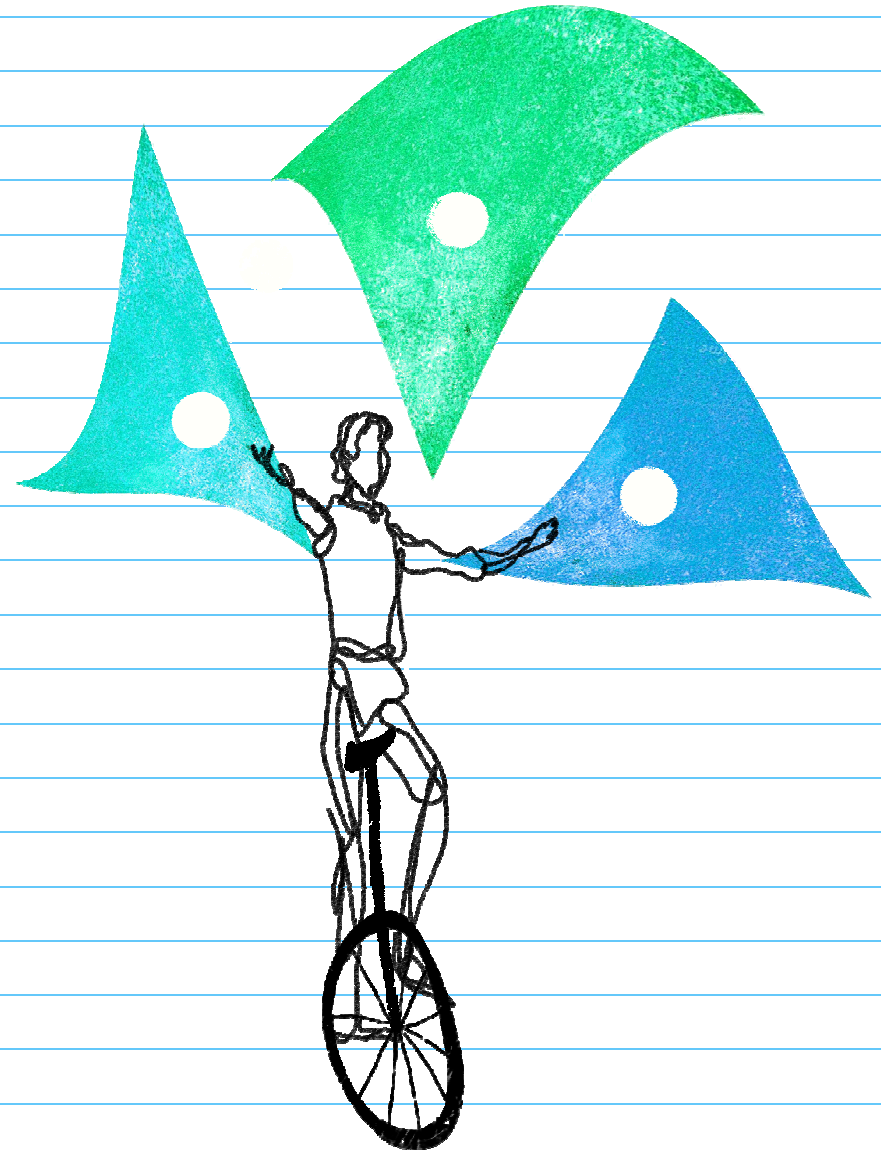
*No hay camino para la paz, la paz es el camino.*

Mahatma Ghandi.

# 1. ¿QUÉ ES UN CONFLICTO?

*Piensa y contesta.*

*En tu opinión, ¿qué es un conflicto de convivencia?*

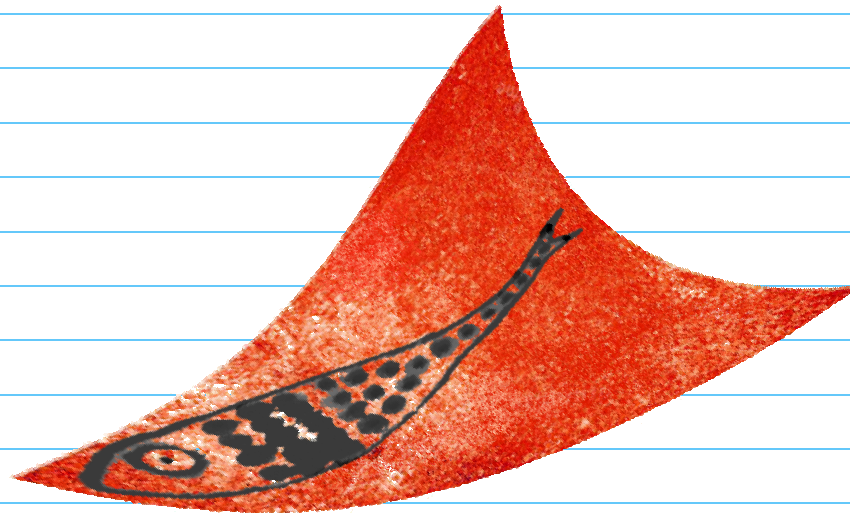


**Conflicto** (Del lat. *conflictus*).

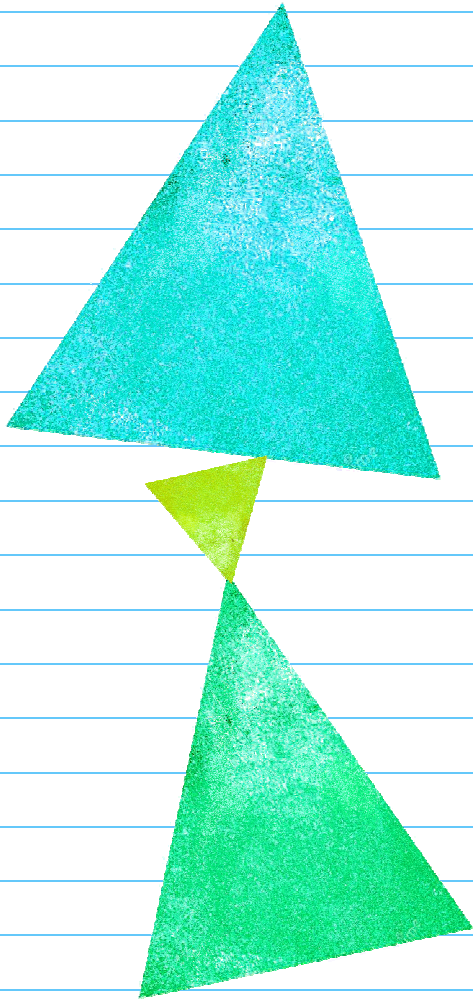
1. m. Combate, lucha, pelea. U. t. en sent. fig.
2. m. Problema, cuestión, materia de discusión.

¡No es lo mismo! Si entendemos los conflictos como combates, luchas o peleas estamos condenados a enfrentarnos con los demás. Las personas que actúan así suelen pensar que siempre hay ganador y perdedor. Una parte tiene la razón y la otra está equivocada. Alguien tendrá que arrepentirse y pedir disculpas. Por tanto, para vencer usan la fuerza. Lo que complica la situación. Recuerda, la violencia engendra violencia.

¡No es lo mismo! Si entendemos los conflictos como problemas, cuestiones o materia de discusión entonces las partes están comprometidas en el mismo propósito. Su objetivo común es encontrar una solución que beneficie a todas. Es decir, que resuelva el conflicto. Porque, no se trata de ganar o perder. Sino de encontrar la forma de convivir que nos resulte más amable, más agradable y mejor. Sin mal humor y sin malos rollos. Y así, no perdemos el tiempo en clase. Aprovechamos mejor para estudiar y aprender.



## 2. DIMENSIONES DEL CONFLICTO



Todos los conflictos de convivencia comparten tres características. Conocerlas nos ayudará a detectar y prevenir mejor.

**Expectativas enfrentadas.** Por el simple hecho de convivir las personas esperamos mucho de los demás. *¿Qué espera un padre de su hijo? ¿Una profesora de su alumno? ¿Una amiga de su amigo?* Pero no siempre vamos a obtener lo que esperamos de los demás. En los conflictos de convivencia, las personas mantienen objetivos o propósitos enfrentados. A veces, nuestras esperanzas son exageradas o chocan con las de otros. Los conflictos no siempre nacen de la mala intención. En ocasiones, su origen puede ser el mal humor o un malentendido.

**Sentimientos tóxicos.** Antes que el pensamiento y la acción, son los sentimientos. En una situación de conflicto sentimos confusión, tristeza, miedo y muchas otras sensaciones urgentes y contradictorias que nos impiden actuar correctamente. Nos empujan muy rápido y hacemos cosas de las que luego nos arrepentimos.





*¡Ante todo, mucha calma! Respira hondo. No te dejes provocar. Impón tu ritmo, busca ayuda y saldrás con bien.*

*En el instituto, el profesorado sabe cómo actuar.*

**Competencia en la agresión.** Cuando nos sentimos atacadas o nos tratan injustamente solemos reaccionar mal. En ocasiones, recibimos consejos equivocados. *¿Quizá has escuchado? "Si te insultan, tú insulta. Si te pegan, tú pega. Tienes que ser fuerte".* La peor manera de responder una agresión es con una agresión mayor. Ser fuerte significa apostar por la paz y detener el ciclo de la violencia.

*En el instituto, las normas de convivencia garantizan el buen trato entre los y las compañeras de clase.  
La violencia es inaceptable en todo caso.*

### 3. EL ACOSO ESCOLAR

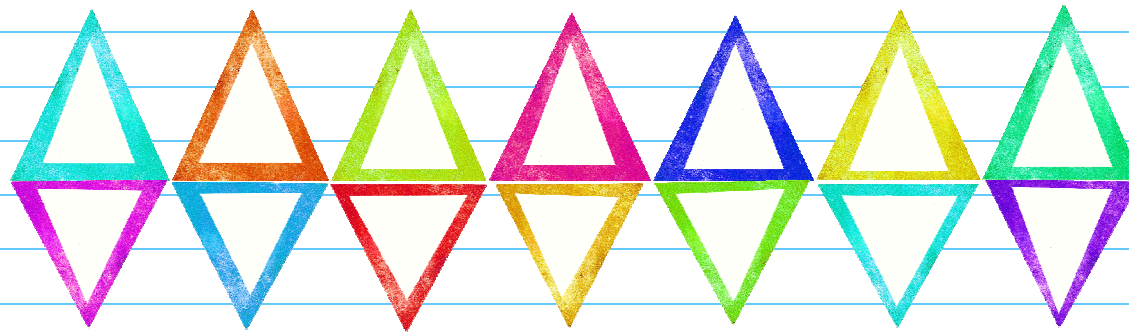
Es un tipo de conflicto grave que se produce en el ámbito educativo, tiene carácter cíclico y causa gran sufrimiento en las víctimas.

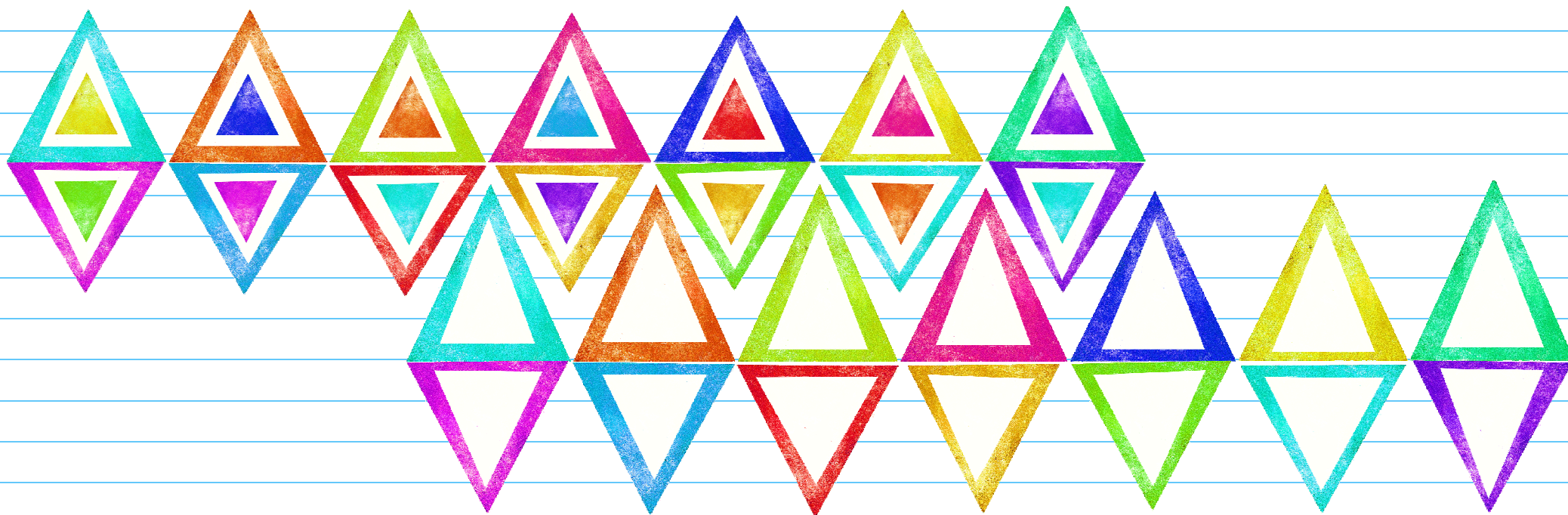
Las primeras agresiones son sutiles: arrogancia, prepotencia y rechazo que provocan un profundo sentimiento de soledad. La exclusión niega la compañía y el apoyo. El desprecio produce en la víctima confusión, tristeza y miedo.

A continuación llegan los motes, las humillaciones, difamaciones, insultos y otros abusos verbales. En ocasiones, la agresión se justifica como un juego o una broma. No lo es. La víctima se siente mal. Tiene dificultad para prestar atención, concentrarse y estudiar: sus notas empeoran.

*Quizá te pasó: malas miradas, si no te escucharon y te dieron de lado...*

*Quizá te pasó: se reían de ti, se burlaban y hablaban mal a tus espaldas...*



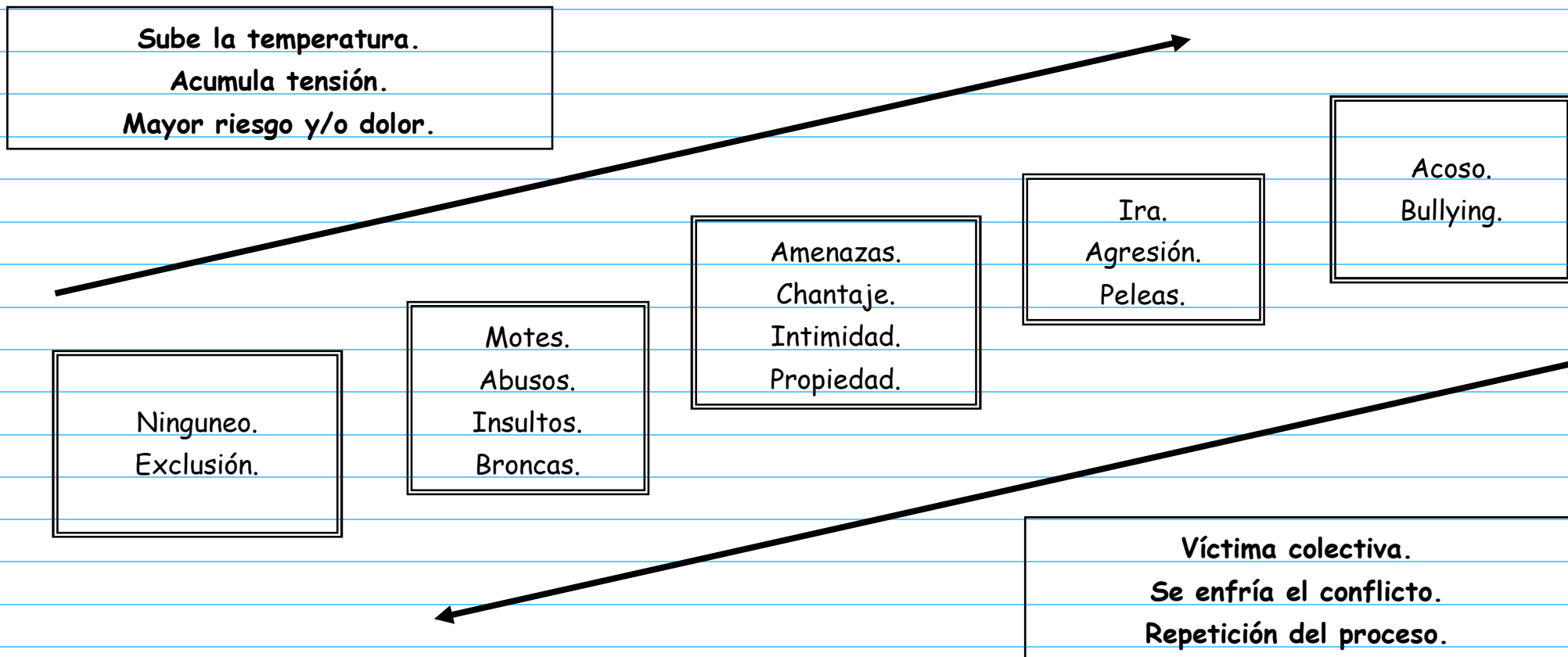


De mayor gravedad son las amenazas y los chantajes.

*Quizá te pasó: dijeron "fuera te espero", "si te chivas te vas a enterar"...*

Y por último llegan las discusiones a gritos, los golpes, la violencia física y las peleas. Ocurre así porque no se respetan las normas de convivencia. Porque el maltrato calienta la situación y al final alguien estalla.

*Quizá te pasó: rompieron tus cosas, te empujaron o pegaron...*



En el acoso escolar, las personas implicadas representan tres papeles.

**Los agresores** causan el daño. Actúan así porque necesitan el dominio y el control para sentirse fuertes y superiores.

**La víctima** es quien recibe el daño. Suele encontrarse en situación de inferioridad.

**Los espectadores** no participan directamente. Aunque saben lo que está pasando, por miedo callan y protegen a los agresores con un silencio cómplice.

Pero no siempre está tan claro. Cuando los conflictos son frecuentes, cuesta distinguir quién empezó o quién causó más daño.

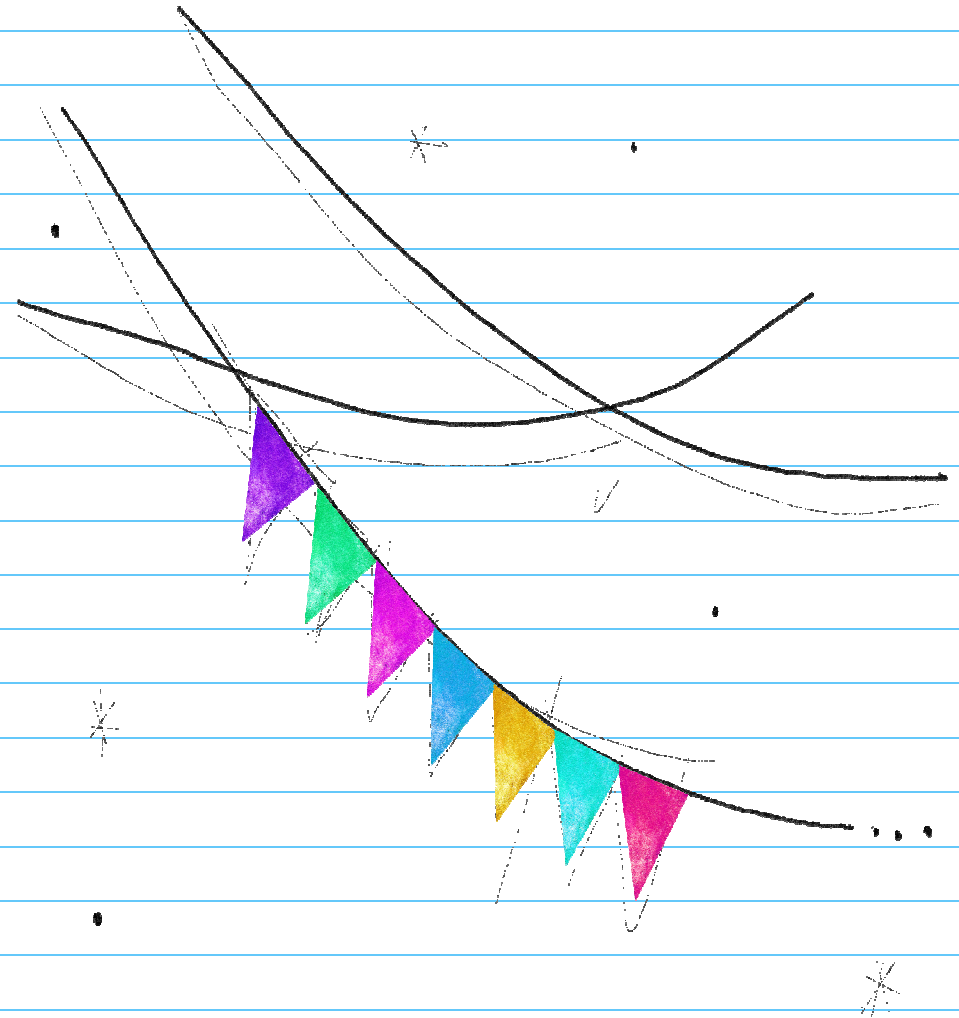
Por eso es importante contarlo y pedir ayuda. En casa, a tu padre y madre. En el centro educativo, las tutoras pueden ayudar. El Departamento de orientación y la Coordinación de igualdad y convivencia pueden iniciar un proceso de mediación.

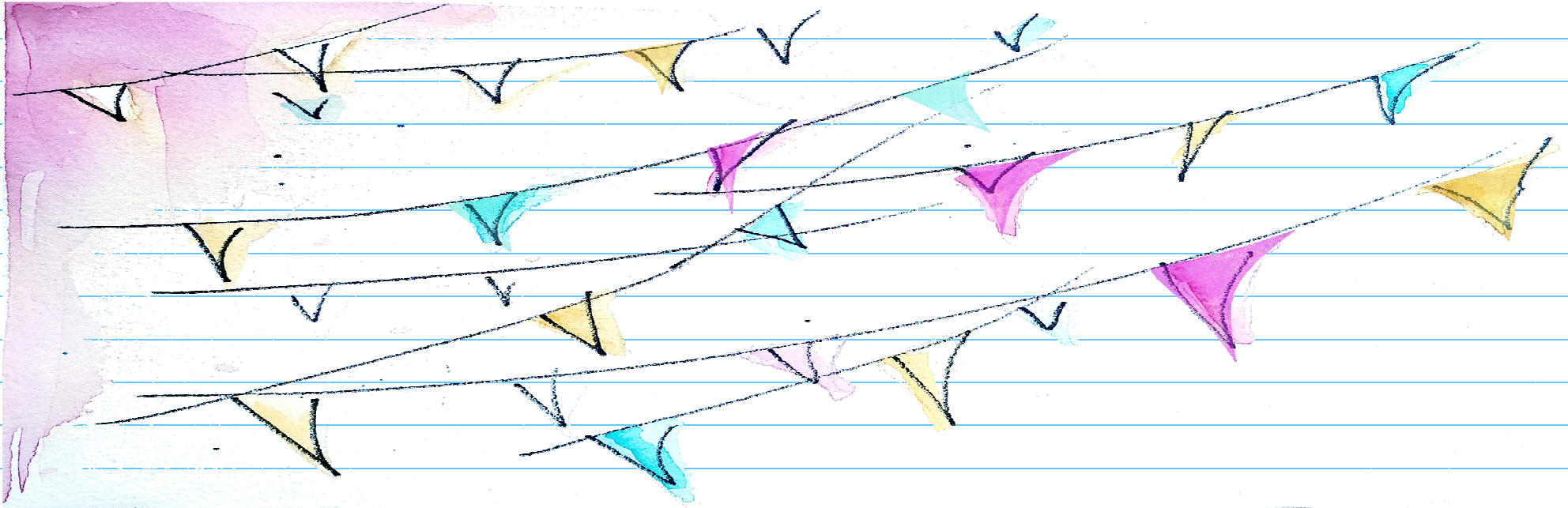
## 4. LA MEDIACIÓN

A veces, lo importante no es saber quién tiene razón o está equivocado. Ni siquiera quién tiene la culpa y merece un castigo. A veces, lo importante es encontrar una solución porque es lo único que resolverá el dolor de las partes.

La mediación es una estrategia de prevención y resolución de los conflictos que ofrece a las personas enfrentadas sentarse juntas, voluntariamente, con una tercera persona neutral para hablar de su problema y acordar una solución.

En el instituto, la persona mediadora puede ser un profesor o profesora. Pero, en ocasiones también hay equipos mediadores formados por alumnado de tu misma edad. Personas en las que puedes confiar, contarles cómo te sientes y pedir ayuda sin compromiso o sentimiento de culpa. El objetivo del equipo mediador es promover la cultura de paz y la convivencia positiva.





El proceso de mediación sigue cuatro fases:

**Evaluación.** En primer lugar debe juzgarse el conflicto para distinguir si puede resolverse mediante acuerdo o es tan grave que requiere un procedimiento disciplinario.

**Información.** Después, la persona mediadora escuchará las distintas versiones que defienden las partes enfrentadas. Analiza el caso. Propone unas normas para el diálogo, de confianza y colaboración sin ponerse a favor o en contra de nadie.

**Negociación y pacto.** Las partes enfrentadas y la persona mediadora se reúnen, debaten y acuerdan por consenso una solución que satisfaga, en la medida de lo posible, a todas. Es importante escribir el acuerdo y el compromiso de forma clara y detallada.

**Seguimiento.** Al cabo de un tiempo, se vuelven a reunir para valorar si el acuerdo se está cumpliendo. Si no funciona, se proponen otras medidas para la solución.

# 5. EL CONTRATO

Aquí tienes un ejemplo de contrato para usar en la mediación.


¡Buena suerte!

<b>Causa:</b>	<b>Hechos:</b>  ¿Qué debemos resolver?	<b>Consecuencia:</b>
---------------	--	----------------------

<b>1. PARTE:</b>  <b>Expectativas:</b>  <b>Sentimientos:</b>	<b>2. PARTE:</b>  <b>Expectativas:</b>  <b>Sentimientos:</b>
--	--

<b>NEGOCIACIÓN Y PACTO.</b>
-----------------------------

<b>Las partes acuerdan:</b>
<p style="text-align: right;"><b>Fecha y firma de los/as implicados.</b></p>

AJUNTAMENT  DE SANT JOAN  
D'ALACANT



**Sant Joan  
d'Alacant**  
**CIUTAT EDUCADORA**

