



MATERIAL PARA LA FAMILIA

TÍTULO

¿Y TÚ QUÉ HARÍAS?

DESARROLLO

En clase hemos realizado esta actividad que tiene como objetivo que el alumnado aprenda a resolver conflictos de manera positiva. La finalidad es que desarrollen la asertividad y la empatía.

1. OBSERVA

Comenzamos con la presentación de las imágenes.

2. REFLEXIONA- SIENTE

Les pedimos que piensen sobre la observación realizada y respondan a las tarjetas de forma individual.

Escriben un compromiso individual. Debe ser corto, claro y fácil de realizar, pues **tienen que cumplirlo**.

3. COMPARTE

En grupos de 4 o 5 personas comparten las formas de resolver los problemas que han pensado.

4. ACTÚA

Exponen en la clase las respuestas de la actividad individual y en pequeño grupo. Se dramatizan respuestas que han planteado los grupos.

Se hace hincapié en la forma correcta de resolver conflictos que se dan en la vida diaria:

- Describo la situación.
- Verbalizo cómo me siento.
- Hablo de mis necesidades.
- Pido lo que quiero o necesito.

SUGERENCIAS PARA LA FAMILIA

Cómo podéis desarrollar la asertividad y la empatía en vuestro hijo/a.

- **Modelar el comportamiento.** Los infantes aprenden observando el comportamiento de sus padres y madres, así que asegúrate de modelar una comunicación respetuosa y no violenta en tu propia vida. Habla con calma y de manera respetuosa incluso cuando estés en desacuerdo con tu pareja o con otras personas. Los infantes aprenderán que la comunicación tranquila y respetuosa es efectiva para resolver conflictos.
- **Escucha activa.** Enséñale/la la importancia de escuchar activamente a los demás. Anímale/la a expresar sus sentimientos y preocupaciones y escúchale/la sin interrumpirle/a. Valida sus sentimientos y demuestra empatía hacia él/ella. Esto le/la enseña a ser comprensivo/a y respetuoso/a con los demás durante una conversación.
- **Identificar emociones.** Ayúdale/la a identificar y expresar sus emociones de manera adecuada. Enséñale/la palabras para describir cómo se siente y cómo expresar sus emociones de manera saludable. Por ejemplo, puedes decir: "Pareces frustrado/a porque tu hermano/a te cogió tu juguete ¿cómo te hace sentir eso?". Ayudarle/la a comprender sus propias emociones le/la permitirá comunicarse de manera más efectiva durante los conflictos.
- **Resolución de problemas en equipo.** Enséñale/la a resolver problemas de manera colaborativa y creativa. Anímale/la a buscar soluciones cuando surjan conflictos. Por ejemplo, puedes guiarle/la para que piense en diferentes opciones y luego trabajen juntos/as para encontrar una solución que sea justa para todos/as. Esto le/la enseña a trabajar en equipo y a comprometerse durante una disputa.
- **Practicar la paciencia y el control emocional.** Enséñale/la la importancia de la paciencia y el control emocional durante un conflicto. Anímale/la a tomarse un momento para calmarse antes de responder a una situación conflictiva. Enséñale/la estrategias de manejo del estrés, como respirar profundamente o contar hasta diez, para ayudarle/la a mantener la calma cuando se sienta frustrado/a o enojado/a.
- **Reforzar la comunicación positiva.** Elogia y refuerza a tu hijo/a cuando utilice una comunicación respetuosa y no violenta para resolver conflictos. Reconoce y celebra sus esfuerzos por expresarse de manera adecuada y por trabajar en



PROGRAMA TEI



equipo para encontrar soluciones. Esto le/la animará a seguir utilizando habilidades de comunicación saludables en el futuro.

- **Trabajar en la resolución de conflictos a través de la comunicación no violenta.** Les estás enseñando habilidades valiosas que les servirán de por vida para manejar las relaciones de manera saludable y efectiva.

Tenemos que hacerles **conscientes de que sus actos o sus palabras pueden condicionar el estado emocional de las personas**, por eso es bueno, que, a través del diálogo, los padres y madres les hagáis reflexionar sobre cómo creen que se siente la otra persona, qué le gustaría que hicieran los demás si él o ella se sintiera así y qué cree que puede hacer por esa persona.

COMPROMISOS: El diseño de las **actividades TEI (DEA. *Diseño Emocional para el Aprendizaje*)** va desde la **reflexión al compromiso**, por lo tanto, al final de cada actividad hay un compromiso individual y de clase, en ocasiones también de centro educativo sobre valores, emociones y convivencia, es aconsejable comentar, dialogar con vuestro hijo/a sobre los suyos.