



## FICHA DE APLICACIÓN DOMICILIARIA N° 4

TÍTULO DE LA UNIDAD: "ASUMIMOS UNA CULTURA DE PREVENCIÓN EDUCANDO  
NUESTRA EMOCION"

TEMA: ¿SABEMOS COMO ENFRENTAR LOS CONFLICTOS?



ÁREA: DESARROLLO PERSONAL CC	NIVEL: SECUNDARIA	GRADO Y SECCIÓN: 1 ER AÑO A – B – C - D
DOCENTE: ROSA SANTA MARÍA – CARLA LINAJA – MARÍA LUISA AYALA		
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
<b>Construye su identidad</b>	Autorregula sus emociones	Reflexiona y argumenta sobre la importancia de <b>saber cómo enfrentar un conflicto</b> de acuerdo a las situaciones que se presenta.

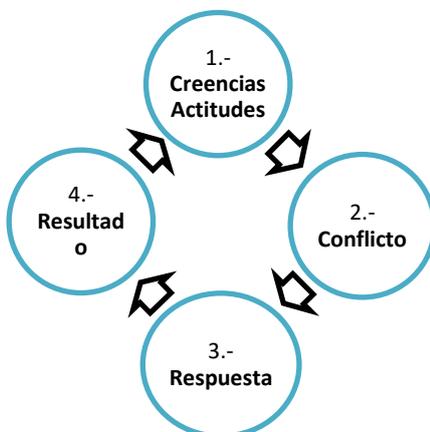
### MANEJANDO UN CONFLICTO (Recomendación: siempre se lee antes de trabajar)

Sabemos que a veces, la relación con nuestros padres no suele ser fácil, y mucho más que ahora estamos ingresando a la etapa de la adolescencia, esta situación para nosotros es un momento clave ya que vamos a experimentar muchos cambios en donde las emociones van a ser muy intensas, por lo que la aparición de los conflictos, van a ser más frecuentes.

#### ¿PERO QUÉ ES UN CONFLICTO?

El conflicto es inherente al ser humano. Constantemente estamos inmersos en diferentes conflictos, no solo con otras personas, sino con nosotros mismos. **La toma de decisiones o elegir la mejor solución ante un problema determinado pueden suponer un conflicto para cualquier persona.**

Y....¿**CUÁL ES EL CICLO DEL CONFLICTO?**, según el texto del MINEDU trabajado en aprendo en casa (pág. 60) "Cuando se presenta un conflicto con alguna persona o grupo de personas (Comunidad, familia, otros) es posible que te sientas mal, con incomodidad , enojo, rabia, vergüenza, temor, tristeza desagrado o sorpresa, por lo que sucedió", **pero sabes cómo se da este proceso? ¿NO? Veamos:**



**1.- Creencias y actitudes:** Tienen su origen por ejemplo en los modelos de conducta de nuestros padres y familia, el grupo de amigos y otros Recibidos por la TV, internet etc.

**2.- Conflicto:** es una situación que implica un problema, una dificultad que puede ocasionar enfrentamientos entre dos partes.

**3.-Respuesta:** Es el momento en el que actuamos. Podemos gritar, intentar hablar sobre la situación, o podemos abandonar el conflicto. Esto nos da a conocer cuál es nuestra forma de actuar frente a un conflicto.

**4.- Resultado:** La respuesta siempre nos lleva al mismo resultado. Es decir, nos lleva a reforzar nuestras creencias, por no querer perder ante el conflicto manteniéndose nuestras actitudes y creencias, y continúa el Ciclo.

Teniendo en cuenta todo esto hoy veremos cómo es que los adolescentes pueden manejar un conflicto:

**¿CUÁLES SON LAS FORMAS DE ENFRENTAR UN CONFLICTO?:** Una característica importante de los conflictos es el tipo de medios empleados para enfrentarlos, aunque no todos llevan a una resolución adecuada. Se pueden describir cuatro grandes categorías:



EVASIÓN	IMPONER EL PROPIO CRITERIO	SUMISIÓN	NEGOCIACIÓN
Hacer como que el conflicto no existe y guardarse todo el malestar que esto significa.	Implica enfrentar el conflicto autoritariamente, imponiendo la propia solución como única alternativa. Una persona se impone al otro abusando de su poder.	Asumir la posición del otro aunque no estemos de acuerdo y sin discutir. Muchas veces esto dura sólo un tiempo y finalmente la persona que se somete termina rompiendo el acuerdo.	En este caso el conflicto se enfrenta y se trabaja por medio del diálogo y la cooperación para llegar a un acuerdo satisfactorio para ambas partes.

**Para poder resolver conflictos de manera pacífica se requiere seguir algunos pasos importantes, y asumir ciertas actitudes básicas:**

- **Valorar el diálogo** como instrumento de resolución del conflicto.
- **Ser capaz de escuchar** y contener al otro en su visión del problema.
- **Generar confianza, confiar en el otro** y en los compromisos que se adquieran.
- **Cooperar** para que se llegue a acuerdo

Teniendo estas actitudes como base, se puede trabajar la resolución de conflictos por etapas. Estas son:

- Reconocer la existencia de una tensión (ver el problema o conflicto).
- Dialogar entre las partes en conflicto para definir exactamente cuál es el problema. Este diálogo implica necesariamente que cada parte es capaz de escuchar, sin atacar, los argumentos del otro.
- Proponer soluciones alternativas en que cada parte ceda un poco, pero también gane un poco. Esta etapa es muy importante y hay que darle un buen tiempo, ya que una buena solución no siempre es la primera que surge.
- Lograr un acuerdo concreto y visible con un compromiso de cumplimiento de ambas partes.

**ACTIVIDADES:** Responde con ayuda de tu mamá y /o papá:



1.- ¿Alguna vez tuviste algún conflicto con tu papá o mamá? ¿Cuál?

¿Cómo crees que se resolvió? ¿Bien o mal?

2.- Se haya resuelto bien o mal: ¿Conversaron sobre el problema? ¿Llegaron a algún acuerdo?

3.- Conversar en familia y traten de dar solución al siguiente problema:

**Su hijo de 8 años tiene muchas dificultades de concentración y eso ha hecho que su rendimiento en el colegio no sea muy bueno, y que hay que ayudarlo mucho a hacer sus tareas concentradamente en la casa. Pero el lugar de trabajo para las tareas es el mismo donde está la televisión, y el hermano de 10, que sí tiene buenas notas y hace las tareas muy rápido, reclama porque no puede ver su programa favorito. ¿Cómo lo resolvemos?**

**(Recuerde los pasos necesarios para una buena resolución de conflictos)**

¿Qué propuso tu papá o mamá?

¿Qué propones tú?