

Guardando mi mente y corazón

Cuando nos enfrentamos a situaciones en las que no nos sentimos cómodos o cuando las cosas no resultan como esperábamos podemos experimentar emociones negativas como el enojo o la frustración. Sin embargo es importante que tengas las herramientas necesarias para solventar este tipo de situaciones que nadie salga afectado guardando de este modo tu mente y corazón.

Objetivos:

- Encontrar soluciones creativas a los problemas individuales y colectivos.
- Establecer las herramientas necesarias para resolver conflictos.

1. **Lee** el conflicto y **encierra** las soluciones creativas que consideres apropiadas para resolverlo.



Jazmín está aprendiendo a patinar y sus amigos han venido a acompañarla. Todo iba bien hasta que Jazmín perdió el control de la bicicleta y cayó al piso. Nos detuvimos para ver si podíamos ayudarla.

Llamar a sus padres.

Llevarla a casa.

Sacarle los patines.

Llamar a una ambulancia.

Enumera del 1 al 3 los pasos para resolver un conflicto.

3
Buscar una solución creativa para las dos partes donde todos ganen.

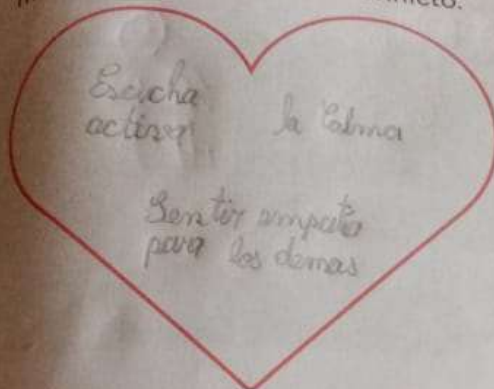
2
Detenerse para analizar con calma lo que está sucediendo.

1
Identificar con claridad el problema.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS



2. **Escribe** dentro del corazón las actitudes que debes tomar en cuenta al momento de resolver un conflicto.



Golpes y gritos.

Ideas creativas.

Escucha activa.

Ira y descontrol.

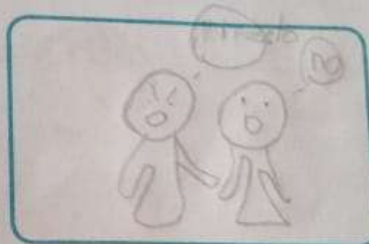
Palabras que lastiman.

Mantener siempre la calma.

Sentir empatía por los demás.

4. **Lee** el conflicto y **completa** con dibujos lo que hace falta para resolverlo de manera adecuada.

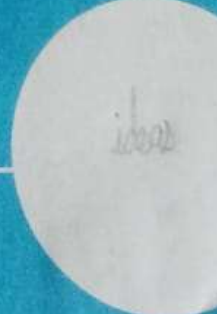
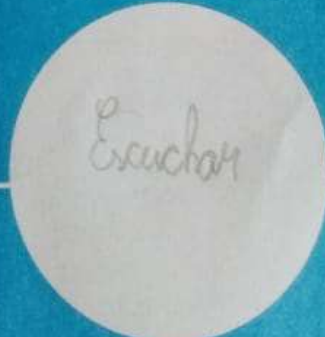
En la buseta escolar todos los niños quieren ser los primeros en bajar. Javier estaba primero pero Zara se atraviesa. Javier siente mucho enojo.



Llegando a un compromiso!



5. **Completa** el diagrama con los tres pasos que aprendiste para resolver conflictos de manera adecuada



Participación: Intervenir en un suceso o en una actividad.