

Gestión de conflictos en el aula desde la Psicología Positiva

CEIP LOPE DE VEGA (19 de noviembre de 2020)

Ana María de Caso fuertes

Convivencia Escolar



***Escenario socio-afectivo,
cognitivo y emocional
sobre el cual acontecen
todos los procesos de E-A***

Factor de calidad en la educación



Coexistencia pacífica de los miembros de la comunidad educativa, que supone una interrelación positiva entre ellos y permite el adecuado cumplimiento de los objetivos educativos en un clima que propicia el desarrollo integral de los estudiantes

Convivencia Escolar

- Psicológica
- Social
- Educativa

- Emociones
- Sentimientos
- Valoraciones

Multi
dimension
al

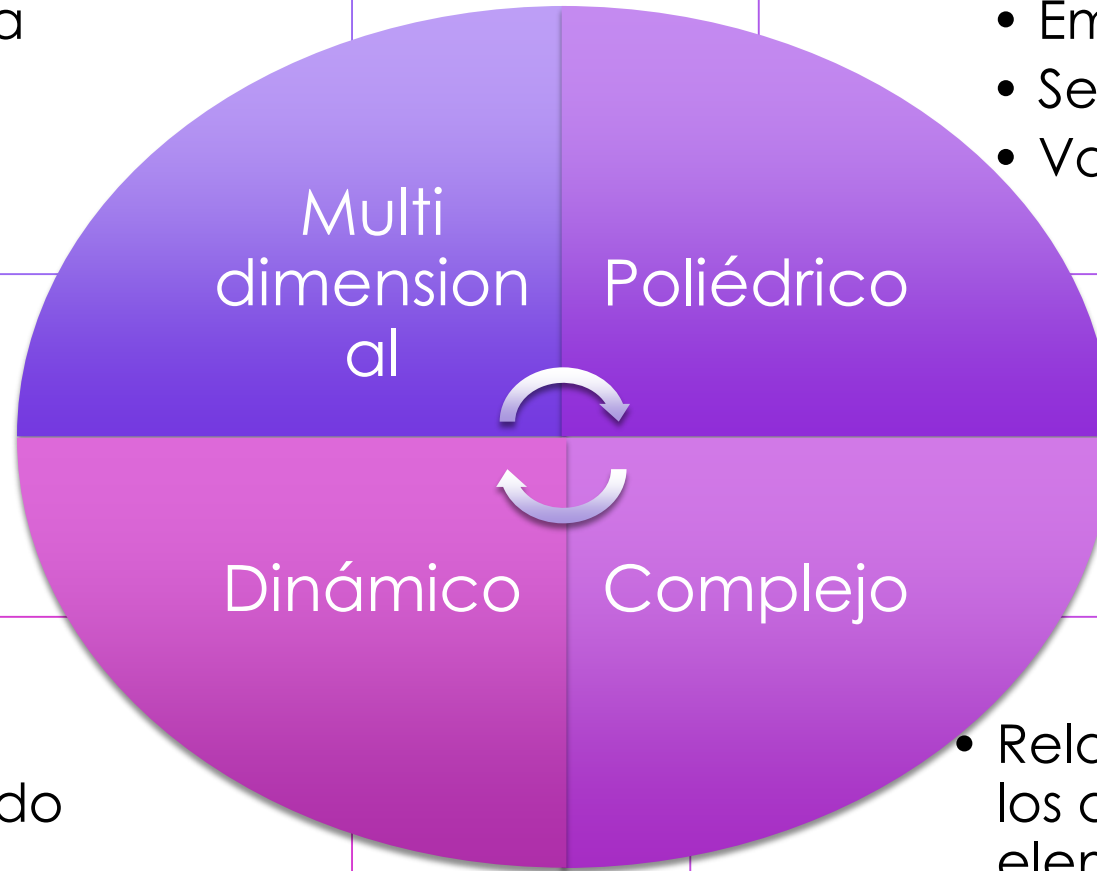
Poliédrico

Dinámico

Complejo

- Se va modificando

- Relaciones entre los diferentes elementos



Convivencia Escolar: Subsistemas

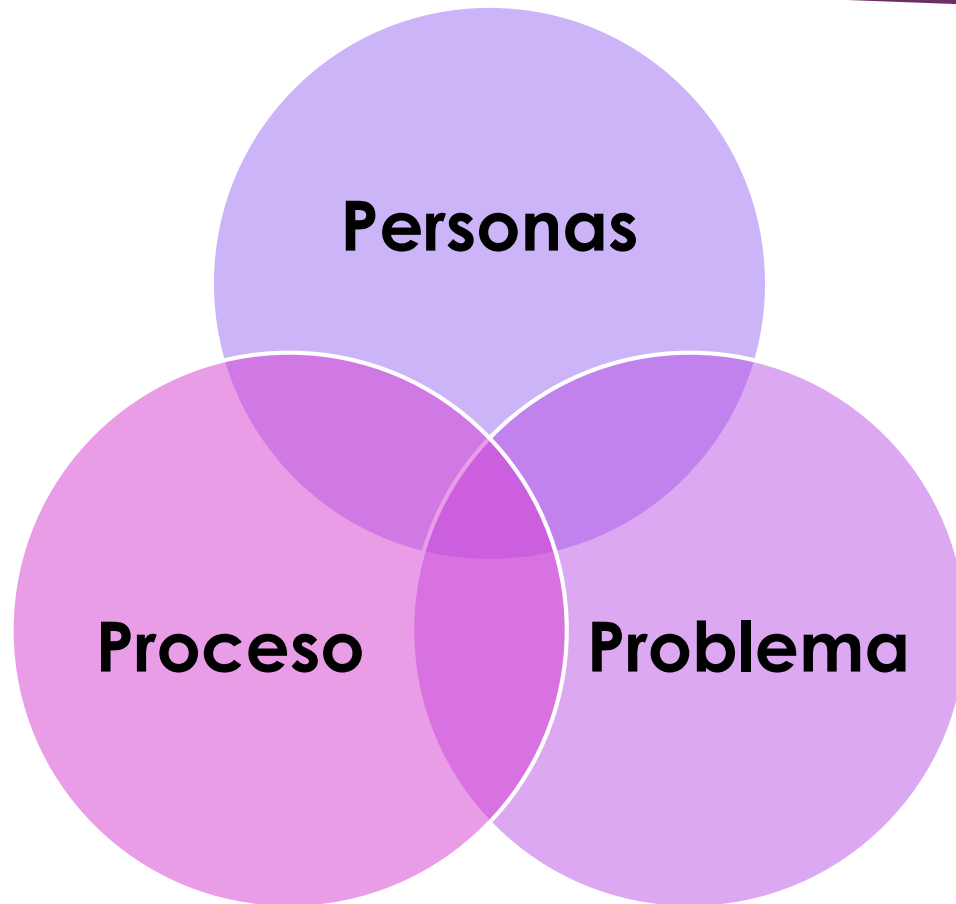




EL CONFLICTO

Situaciones en las que dos o más personas entran en oposición o desacuerdo debido a que sus posiciones, intereses, necesidades, deseos o valores son incompatibles o percibidos como tales

Elementos del Conflicto



Actores primarios o secundarios, interacción entre ellos, influencias positivas y negativas, sentimientos de todos ellos...



Claves espacio-temporales del conflicto: antecedentes ¿qué, cómo, dónde, cuándo pasó? Elementos para resolverlo, recursos...



Identificación del origen del conflicto en sí, así como intereses y necesidades de las partes implicadas

Estilos de resolución de conflictos



Competitivo

Consecución de objetivos personales a costa de los demás



Evitativo

Ningún interés cuenta, todos perdemos



Acomodado

Satisfacción de intereses de los otros por encima de los tuyos



Negociación

Búsqueda de solución consensuada



Colaborativo

Búsqueda de objetivos comunes

Siglo XX

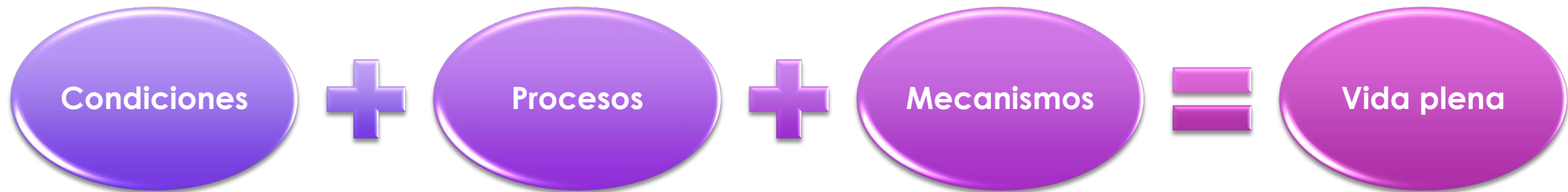
**Salud mental = Ausencia
de enfermedad**

Siglo XXI

**Salud mental =
Optimización de lo que
funciona**

PSICOLOGÍA POSITIVA

Ciencia que intenta entender las condiciones, procesos y mecanismos que llevan a aquellos estados subjetivos, sociales y culturales que caracterizan una vida plena, todo desde el rigor científico



Psicología Positiva

Nuevo paradigma que enfatiza las emociones positivas, los rasgos positivos del carácter, el significado y el propósito del estudio, y la motivación personalizada para promover el aprendizaje → Brinda al estudiante herramientas para vivir una vida plena

Busca el bienestar de Alumnos, Profesores y Administradores del Centro

Pilares básicos de la Psicología Positiva



Emociones
positivas



Rasgos
positivos



Instituciones
positivas



Investigación



Prevención de los Conflictos

Establecimiento de normas consensuadas

- Interiorización de la norma → Autodisciplina

Modelos organizativos y metodológicos estimulantes, flexibles y variados

- (1) Trabajo cooperativo; (2) Trabajo por Proyectos; (3) Juego

Espacios para la felicidad

- (1) Patio, jardín, biblioteca, entorno...; (2) compañeros, familia, comunidad

Prevención de los conflictos

Tiempos para la felicidad

- (1) Compartir momentos felices; (2) Humor y diversión; (3) Reflexión y relajación

Educación en la frustración y la dificultad

- Todo cuesta trabajo y no todo sale bien
- Aprender a esperar y autocontrol

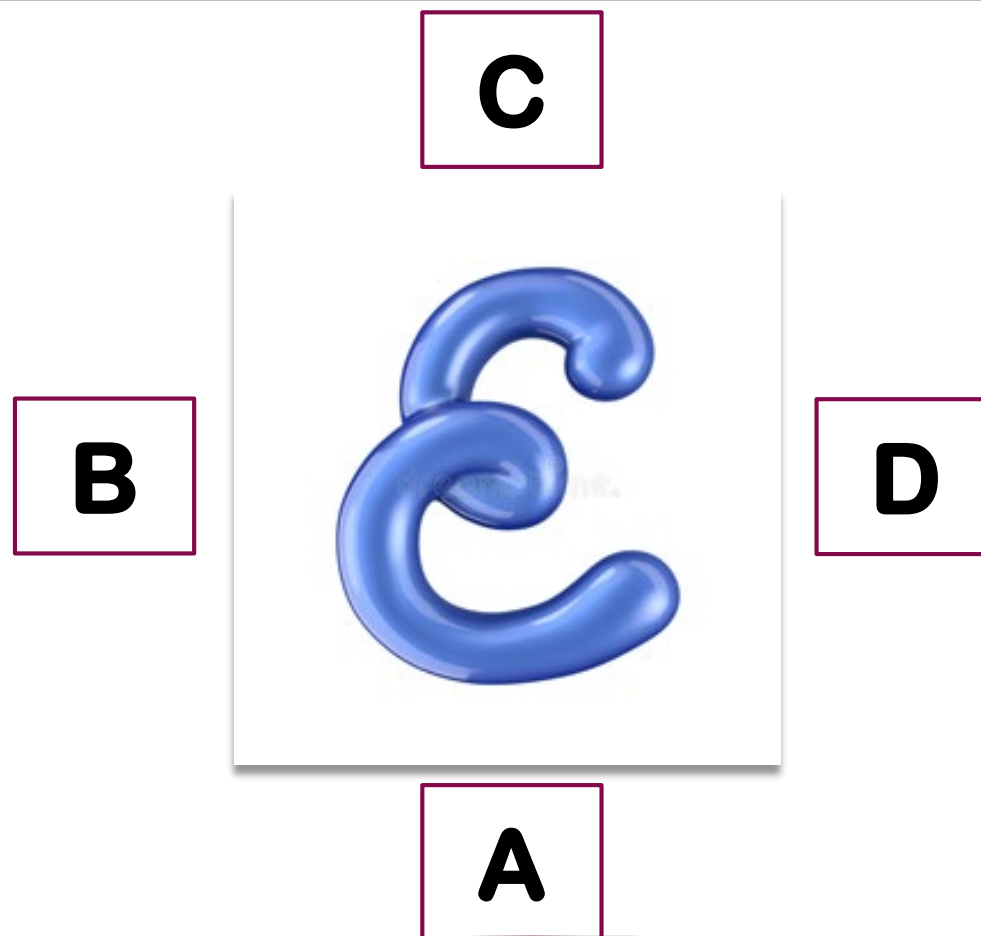
Educación en empatía

EMPATÍA

Capacidad de ponerse en el lugar de los demás

(Participación afectiva, y por lo común emotiva, de un sujeto en una realidad ajena)

- Ayuda a sentirla la experiencia común
- La no empatía está muy relacionada con los conflictos y la violencia



¿Qué están viendo cada una de las personas que están sentadas alrededor de la mensa?

Requiere esfuerzo cognitivo

Tecnificación de la Empatía

Callar

Escuchar activamente

Preguntar

También: resumir, asentir, parafrasear...

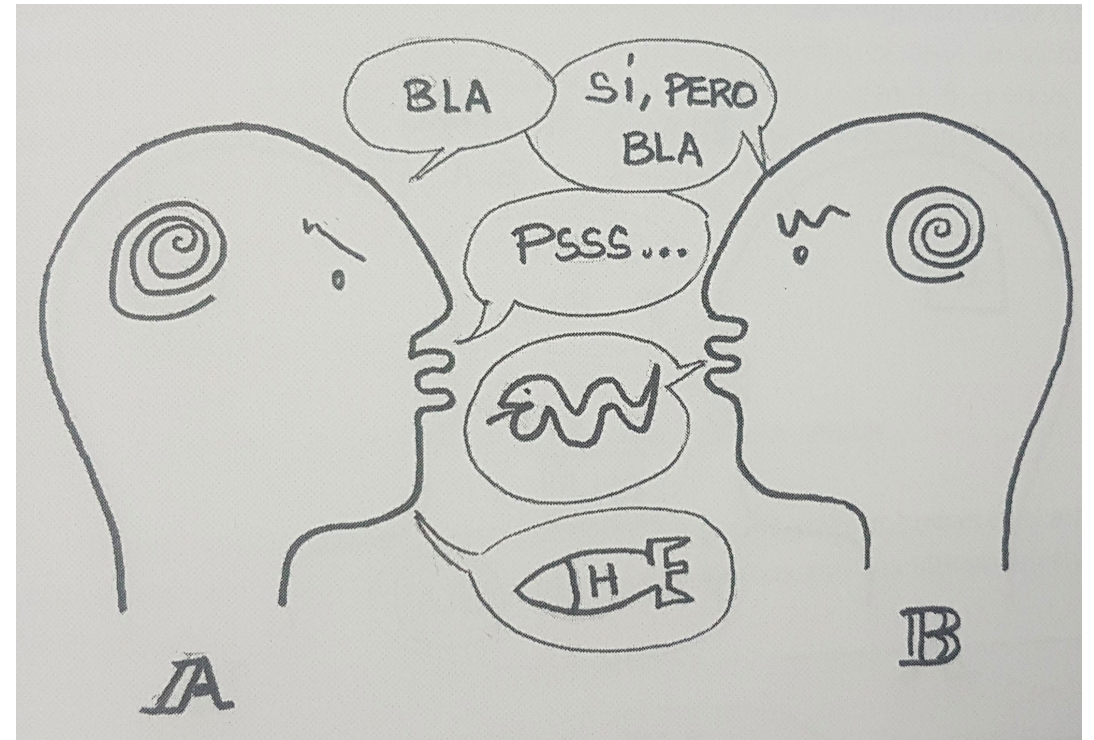
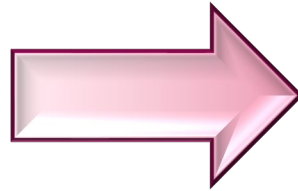
Callar: Necesario para poder escuchar

1. Empezaremos la sesión hablando del silencio. Les pediremos a todos que cierren un momento los ojos y que escuchen atentamente todos los sonidos que nos rodean y que, normalmente, nos pasan desapercibidos.
2. Pondremos en común los sonidos que hemos oído.
3. El tutor hará ruidos con un objeto (llavero, bolsa de plástico, tiza en la pizarra, etc.) e intentaremos adivinarlos.
4. Podemos hablar de los ruidos que nos gustan y de los que no.

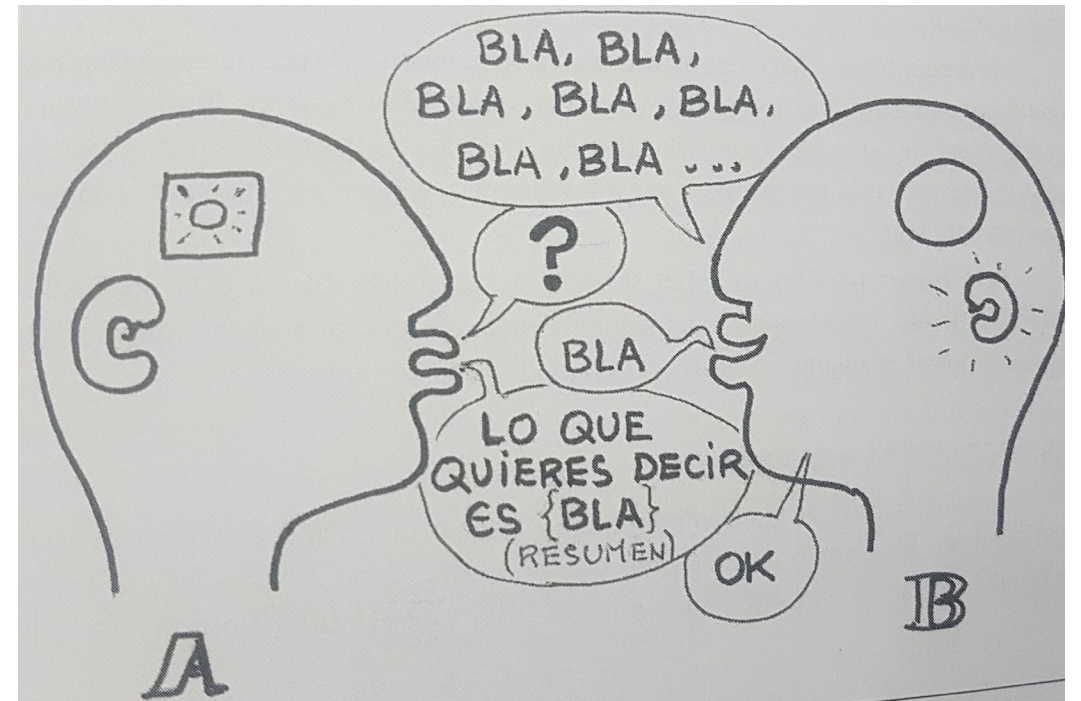
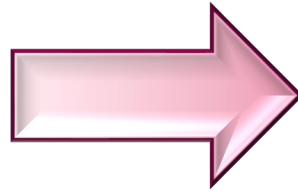
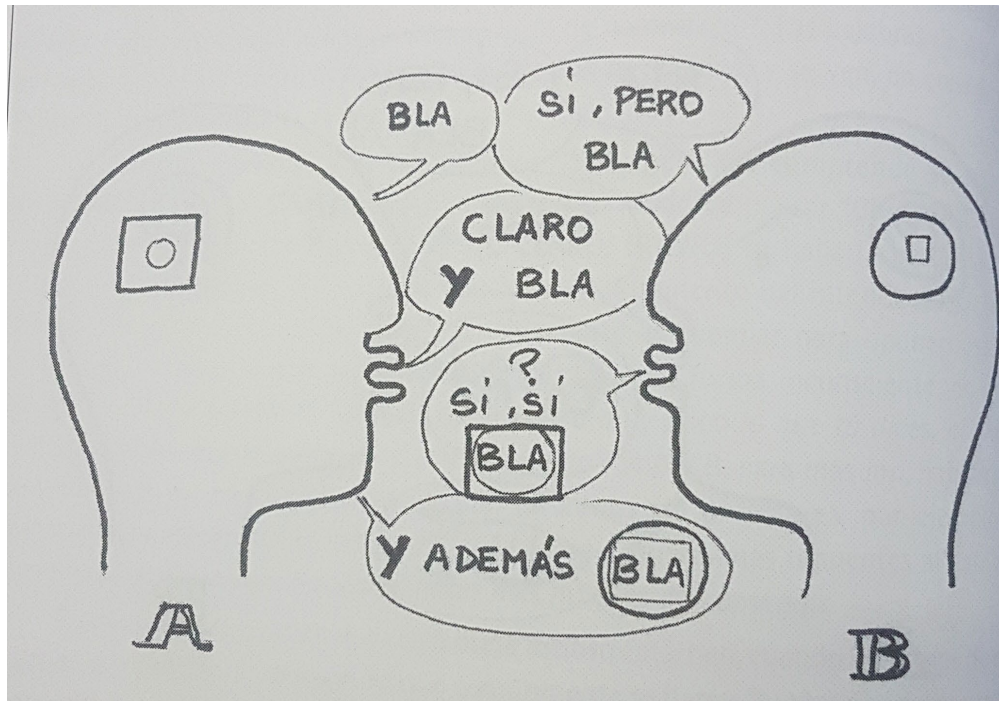
Callar: El Rey del Silencio

El tutor (rey) se sienta en su “trono” y sólo mediante el movimiento de la boca pronuncia el nombre de su súbdito favorito. El alumno en cuestión se levantará y acudirá junto al rey sin hacer ningún tipo de ruido. Si lo oímos, tendrá que volver a sentarse y el rey elegirá a otro súbdito. Cuando alguien consiga acercarse al trono en completo silencio podemos ponerle una corona, darle una golosina o una orden en voz baja, al oído, para que la cumpla en silencio.

Escucha Activa: Comunicación ineficaz



Escucha Activa: Comunicación eficaz



Escucha Activa: Dinámica comunicativa

1. Les pedimos que, en unos minutos, cada uno subraye una sola palabra de cada una de las frases.
2. Cuando hayan terminado les pedimos que se junten en grupos de 4-5. De este modo deben comentar y ver en qué respuestas coinciden y lo deben expresar gráficamente (dibujos, cómics...) en un mural dividido en dos partes por la diagonal; en una pondrán todas las coincidencias del grupo y en la otra las semejanzas.
3. En gran grupo se hace la valoración sobre lo que tenemos en común y que las diferencias suelen ser accidentales o muy personales

Rodea la respuesta que más se ajuste a tus gustos o personalidad

- ▶ Me gustaría ser: **bebé, niño/a, adolescente, adulto/a, viejo/a**
- ▶ Mi fiesta preferida es: **bautizo, boda, un cumpleaños, la Nochevieja, un botellón.**
- ▶ Prefiero: **discoteca, campo, cine, playa, televisión**
- ▶ Me convierto en: **león, pájaro, delfín, elefante, mono.**
- ▶ Elijo: **tulipán, rosa, cactus, palmera, césped.**
- ▶ Cambiaría: **mi voz, mi cara, mis piernas, mi pelo, mis ojos.**
- ▶ Se me da muy bien: **estudiar, dormir, cantar, engañar, divertirme.**
- ▶ Se me da muy mal: **dibujar, ligar, pelear, suplicar, estudiar.**
- ▶ Lo que más busco en una pareja: **que sea guapo/a, que sea divertido/a, que sea inteligente, que me quiera, que me regale cosas.**
- ▶ Como castigo no soporto: **que me quiten el móvil, que no me dejen salir, que me dejen sin paga, que me quiten la Play, hacer tareas de casa.**

Escucha activa: Practicar para mejorar

1. Formaremos grupos de cuatro personas.
2. Sobre la mesa tendremos un dibujo o fotografía con gran cantidad de detalles.
3. Las personas con los números 2, 3 y 4 saldrán fuera. La persona con el número 1 de cada grupo se acercará a ver la imagen durante 30 segundos. Entonces entrarán las personas con número 2. Los compañeros con el número 1 les explicarán lo que han visto y a continuación se sentarán. Entonces entrarán las personas con el número 3 y las del número 2 les dirán cómo es la imagen. Finalmente, las número 3 lo explicarán a las número 4 y éstas a todo el grupo.
4. Cuando la información ya se ha transmitido a la última persona, se pide que describan la imagen en voz alta.

Preguntar: El arte de preguntar

Un camión cargado de naranjas reparte su mercancía por la villa, de modo que, cuando llega a la última casa, tan solo le queda una naranja. En esta casa dos hermanas entran en conflicto porque ambas quieren la naranja. Entonces reclaman la ayuda del camionero.

¿Cómo puede éste solucionar el conflicto de intereses?

Preguntar: El arte de preguntar

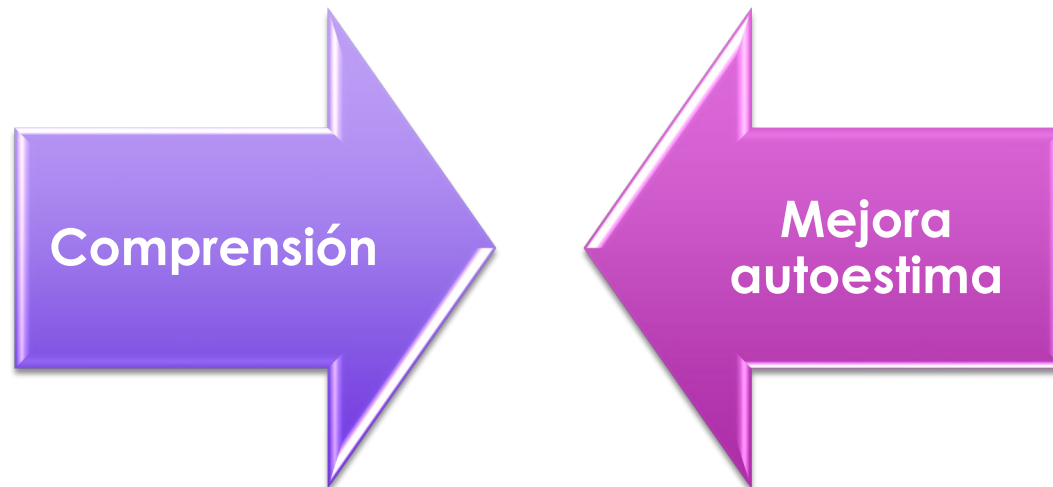
- ▶ Nunca suele quedar clara la información en el primer diálogo, y cuanto más información nos den, mas dudas pueden surgir.
- ▶ Las preguntas que hacemos al otro, la petición de aclaraciones constituyen una pieza clave en la empatía, ya que podremos entender a nuestro interlocutor, y con ello le hacemos sentirse bien y más cercano a nosotros.
- ▶ Entre todas las preguntas destacan dos: ¿POR QUÉ? y ¿PARA QUÉ?

Preguntar: El dictado

1. Nos colocamos por parejas, dándonos la espalda. Una de las personas estará mirando un dibujo de tamaño bien visible. La otra persona estará completamente de espaldas al dibujo y no podrá verlo.
2. Existen tres rondas, durante las cuales ninguna de las dos personas podrá girar la cabeza para ver lo que pasa al otro lado.
3. En la primera ronda la persona que dibuja no puede hacer ninguna pregunta, simplemente limitarse a dibujar en silencio según le dicta la otra persona con lo cual la comunicación es unidireccional.
4. En la segunda ronda se incrementa la comunicación, pues la persona que dibuja ya puede preguntar pero sólo cuestiones que se puedan responder con sí o no.
5. Por último, en el tercer intento, puede existir todo tipo de comunicación en ambos sentidos, por lo tanto existe retroalimentación lo que en teoría debe mejorar el resultado obtenido en el dibujo llevado a cabo.

Resumir, Asentir, Parafrasear...

Si utilizamos la técnica calle-escuche-pregunte-resuma nuestro interlocutor saldrá reforzado eficazmente y, por contagio, copiará nuestra predisposición positiva al diálogo



Resolución de Problemas:

Tranquilizarme: Pensamiento positivo



Definición y formulación del problema



Generación de alternativas



Toma de decisiones

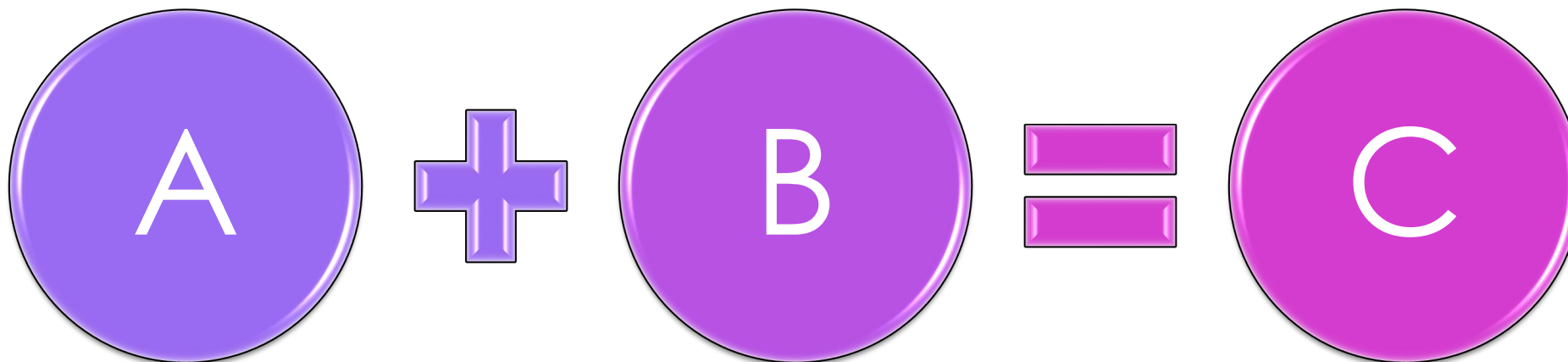


Puesta en práctica y evaluación

1º Tranquilidad



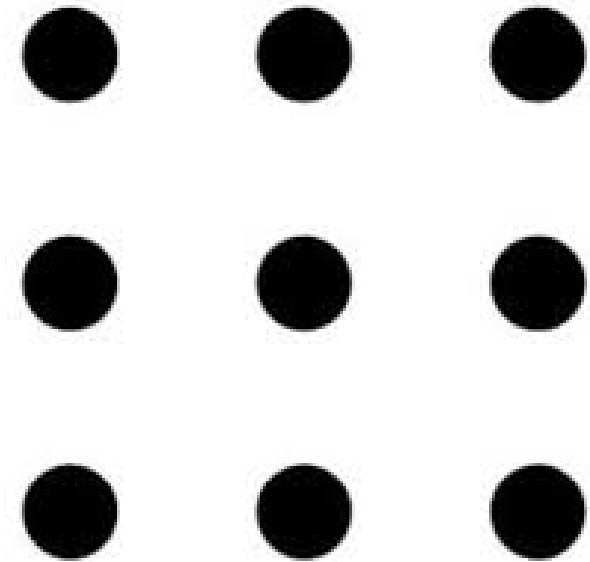
2º Definición del Problema

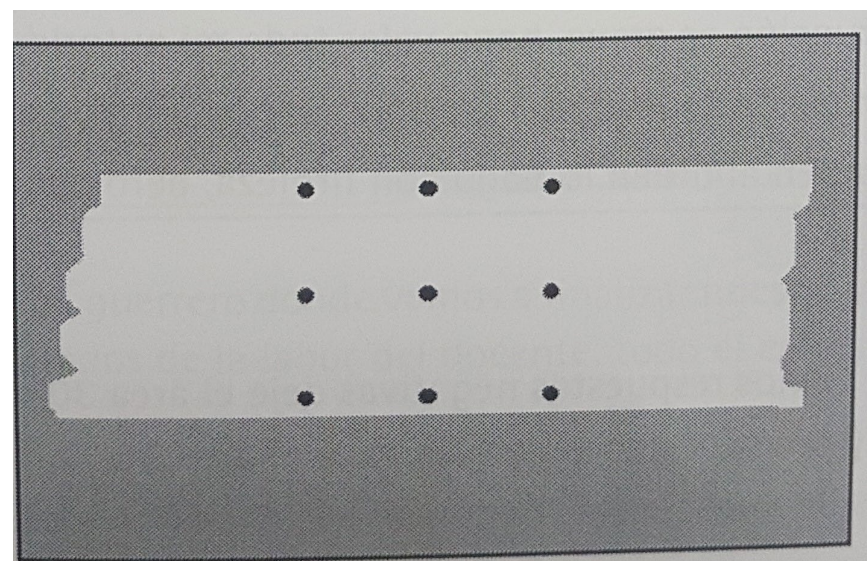
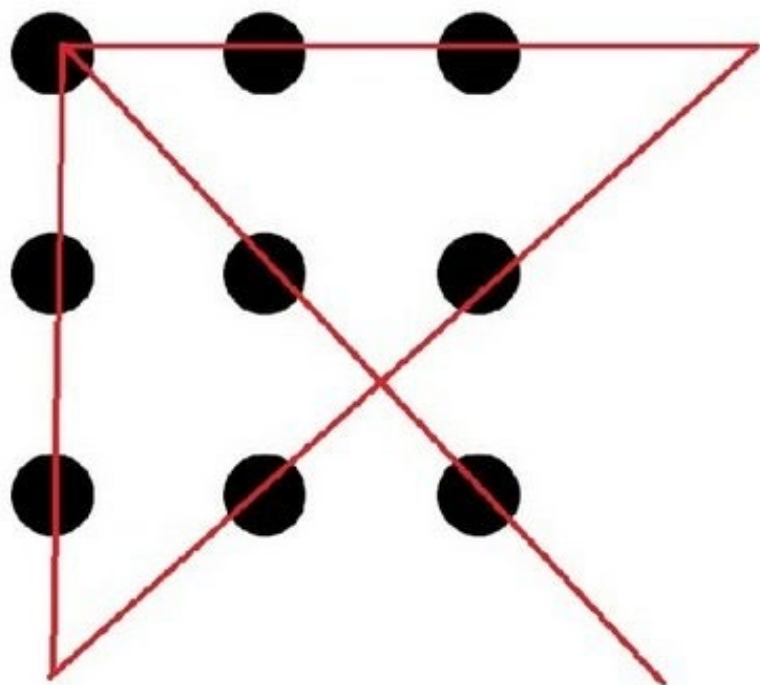


3º Generación de alternativas



CREATIVIDAD Y CONOCIMIENTO





4º Toma de decisiones

El proceso de elección empieza sintetizando en un cuadro las distintas estrategias alternativas de solución que se han ido proponiendo y elaborando a lo largo de los pasos de la etapa anterior.

- ▶ Despacio y con tiempo
- ▶ Poner atención e interés en lo que estás haciendo
- ▶ Pensar nuevamente en las posibles consecuencias de nuestra decisión antes de pasar a la acción
- ▶ Valorar la factibilidad para llevar a cabo la decisión tomada
- ▶ Mostrar seguridad a la hora de plantear la decisión tomada

5º Puesta en práctica y Evaluación



Una vez puesta en marcha la solución no puedo olvidarme del conflicto, debo comprobar si ha funcionado y se ha resuelto el conflicto, ya que, si este persistiese, debería poner en práctica otra alternativa posible.