

**LA RESOLUCIÓN CREATIVA  
DE CONFLICTOS**

**(MANUAL DE ACTIVIDADES)**

William J. Kreidler

Material de apoyo para el programa:  
“ESTRATEGIAS PARA LA PREVENCIÓN  
TEMPRANA DE LA VIOLENCIA EN LOS NIÑOS”

Traducción y adaptación:  
Guillermo Gutiérrez Gómez  
Andrés Restrepo Gutiérrez

**Unión Temporal: Centro persona y Familia –  
Fundación para el Bienestar Humano - SURGIR**

## ÍNDICE

	página
<b>PRESENTACIÓN.....</b>	<b>6</b>
<b>I - PRÓLOGO.....</b>	<b>7</b>
<b>II - INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>8</b>
• CAUSAS DE LOS CONFLICTOS EN EL AULA	
<b>III - LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS ENTRE LOS ESTUDIANTES....</b>	<b>12</b>
• ESCOGER UNA TÉCNICA DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.	
- Las peleas.	
- Calmarse.	
- Arbitrar	
- Escucha reflectiva	
- Suavizar	
- Contar historias	
- Tiempo de retirada (time out)	
- Cuestionario de pelea	
- El método de discusión justa	
- Los juegos de roles	
- La inversión de roles	
- Los títeres de problemas	
- La estrategia r-s-r (resentimiento – solicitud - reconocimiento)	

#### **IV - AYUDANDO A LOS ESTUDIANTES A ENFRENTAR LA RABIA, LA FRUSTRACIÓN Y LA AGRESIÓN..... 35**

- LA NATURALEZA DE LA AGRESIÓN.
- EXPRESIÓN EMOCIONAL Y AUTOCONTROL.
- ABORDANDO LOS SENTIMIENTOS COMO UNA MATERIA ACADÉMICA.
  - Identificar los sentimientos.
  - Mímica
  - Diccionario de sentimientos
  - Actuando de manera feliz ( triste, enfadada...)
  - Ergo
  - Vocabulario de sentimientos
  - Emociones manipuladas
  - ¿enemigos?
  - ¿qué es el odio?
  - Definiciones de sentimientos
  - Compartiendo en círculos
  - Listas de privacidad
- APRENDIENDO FORMAS POSITIVAS DE EXPRESAR LAS EMOCIONES.
  - La agresión
  - Protestar y gruñir
  - El tablero de las molestias
  - La lista de las molestias
  - La lista del enojo
  - Entrevistas sobre el enojo.
  - Burbujas de enojo
  - La fantasía de enojo
  - Encontrar lo positivo
  - Usar el enojo constructivamente

- Respeto y reservas
- Las monedas (o fichas)
- La casa de naipes
- El valle feliz
- Escurrir
- Inflarse como globos
- Distraerse.

- APRENDIENDO AUTOCONTROL.

- Ser el jefe
- El poder infantil
- Querer....., tener que.....
- Controles positivos
- El código de conducta personal

## **V - ENSEÑANDO COOPERACIÓN..... 66**

- COOPERACIÓN Y COMPETENCIA.
- FORTALECIENDO LA COOPERACIÓN
- JUEGOS COOPERATIVOS.

- Hacer fila
- Puentes
- Tormenta
- Taxi!
- Sillas musicales cooperativas
- La gente de la montaña
- Sentarse en las piernas
- La soga de la paz
- La telaraña

- Inventando juegos
  - Estatuas y bombas (globos)
  - Haciendo juegos nuevos con juegos viejos
- 
- ACTIVIDADES DE COOPERACIÓN.
    - La conformación de grupos o equipos
    - El tótem
    - Palillos
    - Fabricar un monstruo
    - El monstruo de palillos como modelo
    - Lograr un consenso
    - Las palomas de la paz, cooperativas y competitivas
    - Hacer una paloma de origami
    - Besos
    - A bordo de la Santa María
    - Frases partidas
    - Juegos de misterio
    - Cinco dragones malo
- 
- APRENDIZAJE COOPERATIVO
    - Proceso de evaluación
    - Cooperación histórica
    - Misterios relacionados con las materias
    - Grupos de resolución de problemas
    - Actividades con el alfabeto
    - Cadenas de palabras
    - Historias de grupo
    - Círculos de gramática
    - Comprar dulces
    - Grupos de sierra (grupos entrelazados)

## PRESENTACIÓN

Este texto es parte del material de apoyo para el subcomponente “Estrategias para la prevención temprana de la violencia en los niños”, del PROGRAMA “CONVIVENCIA CIUDADANA”. Presenta una variada gama de actividades para el docente practicar y promover la resolución pacífica de los conflictos entre sus estudiantes. Las actividades han sido traducidas del texto “La resolución creativa de conflictos”, de William J. Kreidler.<sup>1</sup>

Kreidler, maestro con muy amplia experiencia, sustenta y expone las estrategias que ha utilizado durante años para lograr la promoción de las relaciones pacíficas entre sus estudiantes. Divide la conceptualización y las actividades por temáticas, por ejemplo, “Ayudando a los estudiantes a enfrentar la rabia, la frustración y la agresión”, “enseñando cooperación” y otras.

El texto constituye un valioso material para el docente que requiera de “dinámicas” y “técnicas” para mejorar las relaciones entre sus alumnos y para brindarles una formación en la convivencia pacífica. En él se incluye la traducción de la introducción, el prólogo y 4 capítulos del libro de Kreidler. Se han seleccionado los capítulos que más claramente aportan al subcomponente “Estrategias para la prevención temprana de la violencia en los niños”.

Guillermo Gutiérrez.

---

<sup>1</sup> Kreidler, William J., Creative Conflict Resolution, Ed. Scott, Foresman and Company, EE.UU., 1984, 216 pags.

## I - PRÓLOGO

En todas las aulas hay conflictos. Si usted quiere usar los conflictos en su aula de manera productiva, entonces dé la bienvenida a “La Resolución Creativa de Conflictos.” Este libro refleja mi creencia en que los conflictos pueden reducirse a través del establecimiento de una comunidad escolar cálida y acogedora y que los conflictos restantes – aquellos que no se logre evitar - pueden usarse para aprender.

“La Resolución Creativa de Conflictos” es un propuesta para la administración del aula. No es un currículo invariable e inflexible. De muchas maneras, este libro es como un equipo que contiene algunos planes y muchas herramientas. Mi esperanza es que estas herramientas le permitan construir algo que yo llamo “el aula pacífica”, pero cómo se vea finalmente su aula pacífica, depende de usted.

En este libro, el modelo del aula pacífica se basa en el trabajo pionero de educación para la paz de dos grupos, “El programa de la no-violencia y los niños”, en Filadelfia y “El proyecto de las respuestas creativas de los niños ante los conflictos”, en Nueva York... Les debo a estos grupos no sólo el marco teórico sino también mi iniciación en la resolución creativa de conflictos con niños.

Yo comencé de manera más bien tentativa, en mi propia aula, haciendo juegos cooperativos y actividades de colaboración. Sorprendido por el éxito de éstos, empecé a trabajar en mejorar la comunicación en mi aula y a probar varias técnicas de resolución de conflictos. Al poco tiempo, había mejoras claras y cuantificables de la forma en que los niños se relacionaban, trabajaban juntos y respondían ante los conflictos.

Al ver el éxito en mi propia aula, hablé con otros maestros y comencé a dictarles talleres de capacitación. Al mismo tiempo, comencé mis estudios en desarrollo curricular, específicamente para explorar aún más esta área de la educación para la paz. Expongo a continuación mis elaboraciones en torno a esta temática.

## II - INTRODUCCIÓN

Un maestro es un pacificador. Es parte de su trabajo. Quizás usted y yo nunca nos pensamos a nosotros mismos realmente de esa manera. Tal vez, ni siquiera estamos seguros de qué es ser un pacificador. Pero los conflictos ocurren en nuestra aula y se espera que respondamos ante ellos y restauremos la paz, o por lo menos el orden. Eso nos hace pacificadores.

Desde luego, qué tan buenos somos para lograr la paz es otra cosa. En nuestra educación, raramente hay algo que nos ayude a entender el conflicto, o a enseñarnos las habilidades necesarias para lograr la paz.

¿Qué es el aula pacífica? Probablemente el término hace pensar en algo diferente a cada lector. En este libro, el concepto no se relaciona con los niveles de ruido, el tamaño de la clase o los estilos de enseñanza tradicionales en contraste con los modernos. Se refiere a un aula que es una comunidad cálida y acogedora, donde hay presentes cinco cualidades:

1. **La cooperación.** Los niños aprenden a trabajar juntos y a confiar, ayudar y a compartir entre sí.
2. **La Comunicación.** Los niños aprenden a observar cuidadosamente, a comunicarse con precisión y a escuchar de manera sensible.
3. **La Tolerancia.** Los niños aprenden a respetar y a apreciar las diferencias de las personas y a entender los prejuicios y cómo funcionan.
4. **La expresión emocional positiva.** Los niños aprenden a expresar sus sentimientos, particularmente el enojo y la frustración, de maneras que no son agresivas o destructivas y aprenden autocontrol.
5. **La resolución de conflictos.** Los niños aprenden habilidades para responder creativamente ante los conflictos en el contexto de una comunidad que brinda apoyo y afecto.

Las líneas divisorias entre estos componentes a menudo son difíciles de establecer en la práctica; yo las he mencionado de ese modo para la conveniencia de la discusión. La fuerza del modelo viene de su interrelación – de su naturaleza de sinergia. Es decir, que el todo es mayor que la suma de sus partes. De manera similar, no hay una secuencia particular para establecer estas cualidades en la comunidad del aula, aunque proponer las bases para la cooperación, la comunicación, la tolerancia y la expresión emocional positiva harían mucho para reducir los conflictos en el aula y resolverlos cuando surjan.

La Resolución Creativa de Conflictos no intenta eliminar los conflictos del aula. Eso no es posible ni deseable. En cambio, apunta a reducir los conflictos y a ayudarle a usted y a sus estudiantes a enfrentarse de manera más eficaz y constructiva con las diferencias que ocurran.

## **CAUSAS DE LOS CONFLICTOS EN EL AULA**

¿Qué hace que estallen los conflictos en su aula? Si usted observa detalladamente, puede ver que muchos de estos conflictos son síntomas de problemas más profundos. Esos problemas son las verdaderas causas de los conflictos del aula y, al analizarlos, usted puede empezar a usar los conflictos de manera productiva. Las causas pueden agruparse rápidamente en seis categorías, simplemente basándose en el modelo presentado del aula pacífica:

1. **Una atmósfera competitiva.** Cuando hay una atmósfera muy competitiva en el aula, los estudiantes aprenden a trabajar compitiendo contra los demás, en lugar de trabajar con los demás. Los conflictos frecuentemente surgen por:
  - Una actitud egoísta de todos.
  - Falta de habilidades para trabajar en equipo.
  - Que los estudiante se sienten obligados a ganar en sus interacciones porque perder tiene como efecto lesiones a la autoestima.

- Falta de confianza en el maestro o en los compañeros de clase.
- Competencia en momentos inadecuados.

2. **Un ambiente intolerante.** Un aula intolerante es un aula hostil, en la cual hay desconfianza. Frecuentemente está fraccionada y simplemente es molesta, llena de estudiantes que no saben ser colaboradores, tolerantes o siquiera amables. Los conflictos pueden surgir por:

- La formación de pandillas y la búsqueda de chivos expiatorios.
- La intolerancia ante las diferencias raciales o culturales.
- La falta de apoyo entre los compañeros de clase que llevan a la soledad y el aislamiento.
- El resentimiento ante los logros, las posesiones o las cualidades de los otros.

3. **Comunicación precaria.** La comunicación precaria crea un terreno especialmente fértil para el conflicto. Muchos conflictos pueden atribuirse a malos entendidos o percepciones erróneas de las intenciones, los sentimientos, las necesidades o las acciones de los otros. La comunicación precaria también puede contribuir a los conflictos cuando los estudiantes:

- No saben expresar sus necesidades y deseos eficazmente.
- No encuentran espacio para expresar sus emociones y necesidades o se sienten temerosos de hacerlo.
- No pueden escucharse entre sí.
- No observan cuidadosamente.

4. **La expresión inadecuada de los sentimientos.** Todos los conflictos tienen un componente afectivo y la forma en que los niños expresan sus emociones tiene un papel importante en cómo se desarrollan los conflictos. Los conflictos pueden crecerse (escalarse) cuando los estudiantes:

- No están en contacto con sus propios sentimientos.
- No conocen maneras no agresivas de expresar su enojo y frustración.
- Reprimen sus emociones.
- Les falta autocontrol.

5. **La carencia de habilidades para la resolución de conflictos.** Los conflictos del aula pueden escalar cuando los estudiantes - y los maestros - no saben cómo responder de manera creativa ante los conflictos. Los padres y el grupo de compañeros a menudo recompensan los enfoques violentos o muy agresivos ante los conflictos, e indudablemente hay modelos sociales para este tipo de conductas, como los de la televisión. Hay otros factores que pueden afectar la adquisición de habilidades para la resolución de conflictos, como la madurez general del niño y su nivel de desarrollo moral.

6. **Abuso de poder de parte del maestro.** Puede ser desconcertante pensar que al emplear mal su poder en el aula, usted puede crear una gran cantidad de conflictos, pero es verdad. En primer lugar, usted tiene una influencia muy fuerte en los factores nombrados anteriormente y, en segundo lugar, puede contribuir a los conflictos en el aula siempre que usted:

- Produzca frustración en un estudiante, al fijarle expectativas irracionales o increíblemente altas.
- Maneje una clase con muchas reglas inflexibles.
- Continuamente acuda al uso autoritario del poder.
- Establezca una atmósfera de temor y de desconfianza.

¿Le parece familiar alguno de estos factores? Estos problemas se presentan en cualquier momento, aún en las aulas mejor manejadas. Pero cuando se vuelven parte de un estilo de vida en el aula es cuando causan un problema real. Y sobre eso es lo que trata este libro.

### III - LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS ENTRE LOS ESTUDIANTES

Probablemente no hay ninguna escuela elemental en el país que no tenga una regla contra las peleas del tipo de golpearse, patearse y darse puños. Por otro lado, es factible que no haya ninguna escuela elemental en el país que no tenga peleas. Cuando les decimos a los niños que no peleen sin darles maneras alternativas de superar sus disputas, ellos pelean.

En contraste con el conflicto violento, está el más silencioso - y más común -, que uno de mis estudiantes llamó una vez "la pelea de la amargura." Cuando le pregunté qué quiso decir, me explicó, "nadie le pega a nadie; nadie hace nada. Sólo se sientan y se "amargan" durante un largo, largo tiempo." En este enfoque esencialmente pasivo hacia el conflicto, los niños se entrampan una vez más sin una alternativa.

Las técnicas de resolución de conflictos discutidas en este capítulo pueden ayudarle a mostrarles a los niños que hay diferentes maneras de solucionar las disputas. Estas técnicas han funcionado para mí y para los maestros que han asistido a mis talleres. Los ejemplos ilustrativos son de maestros que trabajan en una variedad de ambientes.

#### **ESCOGER UNA TÉCNICA DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

Para escoger una técnica de resolución de conflictos, considere cuatro cosas:

1. **¿Quién está involucrado?** ¿Cuántos son, cuántos años tienen, qué tan maduros son y qué tan enfadados están? ¿Cuáles son sus necesidades? (Usted entrará en mayores detalles cuando defina el problema).
2. **¿Es el momento adecuado?** ¿Tiene usted suficiente tiempo para manejar las cosas ahora, o debe esperar? ¿Necesitan los participantes calmarse primero? ¿Es demasiado pronto para hablar las cosas?
3. **¿Qué tan apropiada es una técnica de resolución particular?** ¿Es esta una disputa simple sobre los recursos, o es un conflicto complejo sobre los valores?

¿Cuál es el problema? ¿Resolverá esta técnica el problema? ¿Es la técnica tan sofisticada que los niños primero necesitan entrenarse en ella?

4. **¿La resolución debe ser pública o privada?** ¿Se avergonzarían los participantes por una resolución pública? ¿Beneficiaría a la clase el ver cómo se resuelve este conflicto? ¿Podrían ayudar ellos con la resolución? ¿Tiene usted tiempo para resolverlo públicamente?

Las técnicas de resolución de conflictos proporcionan simplemente maneras seguras y estructuradas de ventilar los agravios, los sentimientos y las diferencias de opinión, de modo que el conflicto pueda servir para un propósito útil. Las descripciones de las técnicas siguientes no son inmutables, no constituyen una “camisa de fuerza”. Usted conoce su aula; usted conoce a sus estudiantes. Si las técnicas requieren adaptarse a su situación, por favor hágalo. ¡El mundo necesita todas las técnicas de resolución de conflictos creativas que se le puedan brindar!

## **LAS PELEAS**

El modo más simple de manejar una pelea es: (1) Separar. (2) Calmar. (3) Enfrentarla. Separar una pelea no siempre es fácil. Desgraciadamente, no puedo darle ninguna fórmula mágica por hacerlo, sólo unas sugerencias. (Afortunadamente en la mayoría de los casos, la sola presencia del maestro es suficiente para detener la lucha).

Si usted va a separar a dos peleadores, primero asegúrese de que puede hacerlo. Puede que esto suene como una regla tonta, pero si los luchadores son más grandes que usted o están tan fuera de control que se están agitando ferozmente, usted no sólo no podrá separarlos sino que podría salir malherido en el forcejeo. Igualmente, si usted no tiene ayuda, probablemente podrá detener sólo a uno de los peleadores y lo dejará vulnerable al ataque del otro. Esto no va a darle puntos como pacificador. Es mucho mejor que reúna algunos niños fuertes para que le ayuden a detener a los peleadores; o si es inevitable hacerlo, permita que la pelea siga su curso. En una emergencia real,

cogerlos del pelo usualmente detendrá la pelea. Esta es, sin embargo, una táctica extrema y violenta.

Piense en una pelea como en una concentración de energía física y emocional. Cualquier cosa que usted pueda hacer para desviar esta energía ayudará a serenar la situación. Por ejemplo, si usted está presente precisamente cuando una pelea está empezando, intente distraer a los participantes: "¡Eh! ¿a quién se le perdió este billete?" o intente pararse muy cerca de los peleadores y gritar en voz alta.

Cuando los niños pelean, normalmente hay espectadores. Trate de lograr que se retiren, o que por lo menos se sienten y miren fija y silenciosamente. Los peleadores pronto se sentirán como tontos si están en medio de un grupo de personas silenciosas que están mirándolos. O si puede, haga que todos griten ("dejen de pelear, dejen de pelear") o que canten (mientras más alegres, mejor). Una vez vi a un maestro detener una pelea callejera que involucraba a varios de sus estudiantes, haciendo que el resto de la clase hiciera un círculo tomados de sus manos alrededor de la pelea y cantara "a la rueda, rueda....." La sola ridiculez de la acción es la clave para su efectividad. De este modo, él estableció una situación en la que pelear era algo incongruente.

Muchas de estas sugerencias requieren la cooperación de la clase. En este caso, el entrenamiento previo es esencial o usted probablemente se encontrará intentando manejar una pelea, con el resto de la clase mirándolo como si usted se hubiera vuelto loco. Pero (¿quién sabe?) quizá eso será suficiente para detener la pelea.

Las técnicas descritas a continuación son para calmarse y manejar los conflictos. Notará que todas estas técnicas lo involucran a usted, usualmente en el papel de mediador. Esto no implica que sus estudiantes deban depender de usted para resolver sus conflictos. Una de las metas de la "Resolución Creativa de Conflictos" es lograr que los niños eventualmente resuelvan sus propios conflictos de manera no violenta. Esto requiere un programa de entrenamiento completo. Use las técnicas descritas aquí hasta que sus estudiantes sean más independientes como pacificadores.

## CALMARSE.

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Cuando un conflicto se vuelve tan volátil que estalla la violencia, los participantes probablemente no son capaces de manejar las cosas de manera no violenta hasta que parte de la emoción expuesta en el conflicto se haya disipado. Hay varias maneras de calmar a los rivales:

1. Establezca esquinas para calmarse. Éstas son áreas a las que se envía a los peleadores, no para castigarlos sino para que se tranquilicen. Obviamente, hay que separar las esquinas de cada luchador. Cuando ellos se sientan más calmados, pueden retirarse de las esquinas.
2. Haga que los niños ensayen el respirar profundamente. Hágales tomar respiraciones lentas y profundas mientras usted cuenta hasta diez, y luego de diez a uno.
3. Haga que los participantes se sienten en silencio durante unos minutos.

Serenarse disminuye automáticamente el conflicto, pero no lo resuelve. El término técnico para esto es *posponer*. Sin embargo, a veces dos peleadores se calman y se dan cuenta que podrían simplemente haberse evitado todo el asunto. En este caso, usted debe verificar que no queden resentimientos y luego permitirles irse.

**EJEMPLO:** Juan y Carlos estaban peleando en el patio de recreo cuando un maestro auxiliar los separó. Cuando intentó determinar el problema, no pudo entender ni una palabra de lo que estaban diciéndole debido a las lágrimas y los gritos. Hizo que los muchachos se sentaran en silencio y respiraran profundamente durante un par de minutos, así, las cosas se tranquilizaron rápidamente hasta el punto en el cual el problema pudo solucionarse.

## ARBITRAR

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** La mayoría de prácticas de resolución de conflictos que usted realizará entre los niños será la mediación o arbitraje. Es una manera de ayudar a las personas a manejar sus diferencias en presencia de un observador imparcial, calmado y que mantiene la justicia. La justicia es muy importante para los niños; usted debe intentar ser tan imparcial como sea posible.

La mediación toma tiempo y usted debe darle el tiempo que requiera. El siguiente es un procedimiento eficaz:

1. Dígales a los niños que cada uno de ellos tendrá la oportunidad de contar su versión de la historia sin interrupción.
2. A medida que cada niño habla, haga que primero diga cuál era el problema y luego lo que pasó durante el conflicto.
3. Si el problema todavía existe, ayude a los participantes a desarrollar algunas soluciones posibles y a escoger una para llevar a cabo.
4. Si el problema ya no existe, pregúnteles a los participantes si había maneras más eficaces de resolver el problema que la que escogieron.

**EJEMPLO:** Carolina, una alumna popular de quinto grado, ha acusado a Alicia, que no es muy apreciada, de robarle su dinero del almuerzo. Lo ha hecho en voz alta y en público. La maestra, Edna G., llama a las niñas a un lado y les explica el proceso de mediación.

EG: Carolina, supongamos que tu empiezas. ¿Cuál es el problema?

C: Ella tomó mi dinero del almuerzo.

EG: Tu dinero del almuerzo no está, y sospechas que ella lo tomó.

C: Sí.

EG: ¿Por qué sospechas de ella?

C: Ella tenía que quedarse en el salón en el descanso. Susana entró y la vio junto a mi pupitre. Todos saben que ella roba.

EG: No, yo no sé eso. Lo que estamos intentando hacer es encontrar tu dinero. ¿Tienes algo más que decir?

C: No.

EG: Alicia, ¿qué tienes que decir?

A: Nada. Yo no tomé su dinero.

EG: ¿Estabas en su pupitre?

A: Sí, pero sólo porque cuando pasé al lado, me choqué contra él y algunos papeles se cayeron, así que los volví a poner encima. Eso es todo.

EG: Bien. Carolina, tu dices que ella tomó tu dinero cuando estaba en tu escritorio. Alicia, tu dices que estabas volviendo a poner los papeles encima... ¿ahora, qué hacemos?

C: Busquemos en su pupitre.

A: No, busquemos en el de ella.

EG: Carolina, ¿buscaste con cuidado en tu pupitre?

C: No es necesario. El dinero estaba en la parte de adelante.

EG: ¿Por qué no buscas una vez más?

[Carolina lo hace y regresa habiendo encontrado el dinero].

EG: Bien, ¿ahora, qué hacemos?

C: Lo siento, Alicia.

A: Está bien.

EG: Espera un momento. Tu la acusaste delante de la clase.

C: Supongo que debo decirle a todos que yo estaba equivocada.

A: No es necesario.

C: Yo quiero hacerlo. Estaba equivocada.

EG: Cuando uno está equivocado, es mejor admitirlo y superarlo. Dense las manos y sigamos la clase.

Éste era un problema delicado que afortunadamente no resultó ser de robo sino de falsas acusaciones. Edna mantuvo su imparcialidad de manera estricta y desde el

principio se centró en definir el problema, no en la presunta culpa o inocencia de Alicia. Obviamente, ésta es una clase en la cual debe desarrollarse más el “espíritu comunitario” de modo que no se recurra a la búsqueda de chivos expiatorios.

## ESCUCHA REFLECTIVA

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** la escucha reflectiva o activa es una manera de parafrasear y repetirle a quien habla lo que ha dicho. Esto le da una oportunidad al interlocutor para afirmar o corregir nuestra percepción. Es una técnica de mediación muy útil.

La escucha reflectiva no es una técnica de resolución de conflictos por sí misma. Es reconocida en los círculos de resolución de conflictos como un mecanismo para clarificar la percepción. También le permite a uno identificar más claramente lo que las personas piensan y sienten sobre una situación de conflicto. A veces esto es suficiente para resolver el conflicto. Otras veces, puede simplemente ayudarnos a definir el problema claramente.

1. Usted puede reflejar usando frases tales como "parece que....." "en otras palabras,....." o "lo que quieres decir es....."
2. Cuando recurra a parafrasear, intente reflejar el contenido emocional al igual que el fáctico. La siguiente fórmula es útil para lograr la clave: "Parece que te sientes..... porque....." Si esta fórmula le parece forzada y poco natural, no se preocupe. Encontrará que pronto la incorpora, adaptándola a su lenguaje natural.

El escuchar de manera reflectiva tiende a desacelerar las interacciones. Tenga presente que está diseñada para clarificar las situaciones, no para retardarlas de manera enloquecedora. Úsela de forma selectiva.

EJEMPLO: Joaquín G. está mediando entre Rafael y Ana, dos alumnos de sexto grado que están intentando trabajar juntos en un proyecto.

A: Él no está haciendo nada del trabajo. Yo tengo que hacerlo todo.

JG: Sientes que tienes que hacer la mayoría del trabajo porque Rafael no está contribuyendo al proyecto.

A: Así es. Cuando buscamos cosas, él pierde el tiempo mirando material que no tiene nada que ver con el proyecto.

JG: Tu quieres trabajar de manera eficaz.

A: Sí.

R: Yo consigo ideas para nuestro proyecto mirando otras cosas. Tu eres tan mandona que nunca tengo la oportunidad de decir mis ideas.

JG: Tu sientes que no tienes la oportunidad de compartir tus ideas porque Ana no te da tiempo para desarrollarlas y compartirlas.

R: Sí. Yo trabajo de manera diferente a ella.

JG: Estoy empezando a ver el problema aquí. Ana quiere trabajar rápida y eficazmente pero no quiere demorarse en cada parte. Rafael quiere tomarse más tiempo y que escuchen sus ideas. ¿Es eso correcto?

A & R: Sí.

JG: Pienso que ahora estamos listos para proponer una solución.

Algunos puntos importantes sobre este conflicto han sido clarificados con el uso de la escucha reflectiva. Note que Joaquín no presentó su propia opinión hasta que pudo determinar el problema a satisfacción de ambas partes.

## SUAVIZAR

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** El suavizar simplemente es “deslizarse” sobre un conflicto. Hay ocasiones en las que esto es lo mejor para hacer. Uno no siempre tiene tiempo para

resolver un conflicto completamente y, francamente, algunos conflictos son demasiado efímeros para preocuparse.

Sin embargo, hay problemas con esto. Por un lado, muy frecuentemente se usa esta técnica. No permita que el nombre lo engañe. Suavizar realmente es un nombre elegante para “evadir” un conflicto. Realmente no es una forma de resolución de conflictos ya que nada se resuelve o siquiera es confrontado. Además, un conflicto que puede parecerle que no es importante a usted, puede ser muy importante para los niños involucrados. Suavice los conflictos sólo cuando sea necesario hacerlo.

EJEMPLO: El grupo de segundo grado está haciendo fila para el almuerzo. Andres se queja a la maestra Melisa P.

A: Todos los niños siguen metiéndose delante de mí en la fila.

MP: Ellos se hacen delante de ti en la fila, y piensas que eso no es justo.

A: Sí.

MP: ¿Estas realmente molesto por eso?

A: No, creo que no.

MP: Entonces no nos preocupemos ahora por eso. ¿Está bien?

A: Sí.

Melisa combinó el suavizar con la escucha reflectiva. Suavizó esta situación sin ignorar las necesidades o los sentimientos del niño. Una medida útil en este caso sería hacer que la clase estableciera una política para evitar meterse en la fila.

## CONTAR HISTORIAS

**GRADOS:** De Kinder a 3°.

**PROCEDIMIENTO:** La técnica de contar historias o cuentos ayuda a los niños pequeños a distanciarse de un conflicto para que puedan discutir sus conductas. Es especialmente buena para la resolución pública de conflictos.

1. Cuente la historia de la situación de conflicto usando el formato "había una vez.....". (Cambie los nombres de los participantes, si piensa que es importante. Según mi experiencia, hacer eso a menudo reduce la historia a un juego de adivinanzas).
2. Cuando la historia alcance el punto del conflicto, deténgase y pida sugerencias a la clase sobre cómo resolverlo.
3. Incorpore una de las sugerencias en la historia, y hágala llegar a una conclusión.
4. Pregúnteles a los participantes en el conflicto si esto satisfaría realmente sus necesidades y si es algo que ellos podrían ensayar la próxima vez que tengan un problema.

Esta técnica puede adaptarse para mediar conflictos entre estudiantes mayores. Hágales contar la historia del conflicto en tercera persona, como si fueran observadores neutrales. Nuevamente, esto puede proveer la suficiente distancia a los niños para analizar la situación y su conducta sin sentirse amenazados.

EJEMPLO: Un problema ocurrió en el jardín infantil de Patricia R. Ella lo presentó ante la clase.

PR: Había una vez dos niños, Estela y Andres que estaban jugando con carritos de juguete. Estela quería usar el camión de bomberos al mismo tiempo que Andrés. Los dos empezaron a enfadarse y a gritarse. ¿Qué podrían hacer?

1: ¿Compartir?

PR: Ellos no quieren compartir. Las dos quieren jugar con él.

2: Podrías decirles que tienen que compartir.

PR: Yo estoy ocupada. Ellos tienen que resolver esto solos.

3: Podrían tumbar los automóviles.

PR: Ya probaron eso. No funcionó.

4: Tomar turnos.

PR: ¿Cómo?

4: Yo no sé. ¿Arrojando una moneda?

PR: Bien, eso es justo lo que hicieron. Estela obtuvo el primer turno; luego Andrés tuvo su turno. ¿Piensan que eso funcionaría con los Andrés y Estela reales?

A & E: Sí.

PR: ¿Cómo piensan que jugaron entonces? Ellos jugaron felices por siempre .

Patricia no permitió que las niñas se fueran con cualquier respuesta vaga, como un simple "compartan". Note cómo ella insistió para que dijeran cómo compartirían, Ej., tomando turnos en un orden decidido al arrojar una moneda. Dar esta clase de ayudas específicas evita que los niños den simplemente las respuestas que el maestro quiere oír. Las respuestas muy específicas afectan factiblemente la conducta a largo plazo.

### **TIEMPO DE RETIRADA (TIME OUT)**

**GRADOS:** De Kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Esta técnica es útil para liberar poco a poco a los niños de su dependencia de usted para resolver todos sus conflictos.

1. Cuando los estudiantes le traigan un conflicto, envíelos a un sitio tranquilo del salón. Deles tres minutos para manejar el problema sin su ayuda.
2. Después de tres minutos, vea si han llegado a una solución. Si no, proceda como si estuviera oyendo hablar por primera vez del conflicto.
3. Si llegaron a una solución, felicítelos y pregunte sobre la solución.

**EJEMPLO:** Tina y Daniel son dos alumnos de tercer grado en la clase de Jimena F. Ellos están a cargo de la planificación de una fiesta sorpresa para un estudiante que se va a mudar de casa, pero no pueden ponerse de acuerdo en lo que quieren hacer. Le han traído su disputa a Jimena. Ella les dice, "a mí me parece que ustedes dos tienen mucho trabajo para hacer y necesitan continuar. ¿Por qué no van detrás del estante durante tres minutos e intentan buscar una manera de escoger una idea? No la

escojan ahora. Intenten proponer un plan para escoger. Yo mediré el tiempo, y si no han llegado a un acuerdo después de los tres minutos, yo les ayudaré".

Los niños hablaron en el rincón durante tres minutos y luego anunciaron que habían llegado a un arreglo: por cada idea de Daniel que usaran, también usarían una de Tina. Jimena usó la técnica del "tiempo de retirada" para estimular a las niñas para resolver el problema por sí mismas. En este caso, las envió al rincón del salón con una tarea muy específica. No es necesario ser tan específico. Un simple, "Intenten pensar en algo" normalmente es suficiente.

Obviamente, ésta no es una técnica para usar cuando los temperamentos estén realmente acalorados y los niños puedan empezar a pelear de nuevo fácilmente. Es para usarla cuando las cosas estén relativamente tranquilas y usted piensa que los participantes están listos para intentarlo solos.

## **CUESTIONARIO DE PELEA**

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** El cuestionario de pelea (ver gráfico en la página siguiente) es una manera de lograr que los niños observen cuidadosamente un conflicto en el que están involucrados. Yo hago que los llenen como una de las consecuencias (efectos o "sanciones") ante infracciones a la regla de "no pelear en el salón".

1. Cuando los niños se hayan tranquilizado de su pelea, señale lo absurdo de pelear. No pida una explicación. En cambio, deles un "cuestionario de pelea" para que lo llenen.
2. Cuando los hayan completado, léalos con los participantes. No discuta cómo o por qué se desarrolló el conflicto, sino lo que los estudiantes han dicho que harán en una situación semejante en el futuro. Pregunte, "¿Esta acción resolverá el problema mejor que pelear?"

3. O, haga que los peleadores intercambien de cuestionarios cuando terminen y que escriban sus reacciones ante las anotaciones del otro.

<p>Nombre: _____</p> <p><b><u>CUESTIONARIO DE PELEA</u></b></p> <p>¿Con quién peleaste? _____</p> <p>¿Cuál fue el problema? _____</p> <p>¿Por qué empezaste a pelear? (2 razones) _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>¿Por qué peleó la otra persona contigo? _____</p> <p>_____</p> <p>¿Pelear soluciona el problema? _____</p> <p>¿Puedes decir 3 cosas que ensayarías si esto sucede otra vez?</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>¿Quieres decirle algo a la persona con quien peleaste? _____</p> <p>_____</p>
---

El cuestionario de pelea proporciona una idea clara de cómo proceder hacia una solución del conflicto. Igualmente, me ha mostrado en diversas ocasiones que algunos de los niños necesitan trabajar sobre habilidades de cooperación específicas.

Llenar el cuestionario de pelea también les da una oportunidad a los participantes para calmarse antes de confrontarse el uno al otro.

## EL MÉTODO DE DISCUSIÓN JUSTA

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Esta adaptación del Método de Pelea Justa de Bach y Wyden les proporciona a los estudiantes mayores de primaria un esquema amplio pero eficaz para resolver sus diferencias. Las reglas para cada participante son:

1. Cuente los hechos tan serenamente como sea posible. Refiérase sólo a la situación actual, no al pasado o al futuro.
2. Exprese cómo se siente. Hable sobre sus sentimientos sin hacer comentarios negativos sobre la otra persona.
3. Averigüe que puede hacer en esa situación. Intente pensar en una solución que sea satisfactoria para todos los participantes en el conflicto.

Esta técnica requiere alguna práctica, y los juegos de roles pueden proporcionarla. Mientras los niños se acostumbran a usar la técnica, usted debe estar presente como mediador. Es útil anunciar el procedimiento, a modo de recordatorio de los pasos.

**EJEMPLO:** Fabiola, una alumna de quinto grado, ha trabajado muy duro y por mucho tiempo en una escultura de yeso. Alicia la cogió sin preguntar, y mientras la miraba se le cayó y se quebró. Fabiola está furiosa y dice que va a destruir algo de Alicia. Cuando Pedro C. entra en el salón, Fabiola se dirige hacia el pupitre de Alicia, y Alicia intenta bloquearle el camino desesperadamente. Él separa a las niñas, las hace sentar, e insiste en que discutan de manera justa.

PC: Bien, primero los hechos.

F: Ella rompió mi proyecto de arte.

PC: ¿Cómo?

F: Lo cogió después de que yo le dije a todos que no lo tocaran, y lo dejó caer.

PC: ¿lo hiciste?

A: Sí, pero fue un accidente. Luego, ella dijo que rompería algo mío.

PC: ¿Qué?

A: No sé. Cualquier cosa que pudiera encontrar.

PC: ¿Cómo te sientes ahora, Fabiola?

F: Realmente, muy enfadada. La odio.

PC: ¿Sientes algo más?

F: Yo trabajé muy duro en ese proyecto. Supongo que estoy un poco triste, también.

PC: ¿Alicia?

A: Pues, yo también estoy enfadada con ella.

PC: ¿Algo más?

A: Me siento un poco mal, también.

F: Eso no ayuda a reparar mi escultura.

PC: ¿Qué te ayudaría a sentirte mejor?

F: Ella podría comenzar diciéndome que lo siente.

PC: ¿Y tu qué, Alicia?

A: Le diré que lo siento porque me equivoqué. Pero fue un accidente. Ella no debe dañar nada mío. Yo sólo cogí la escultura porque me gustó.

PC: ¿Fabiola?

F: Está bien. Pero tendré que volver a empezar de nuevo. Ella tiene que prometer no tocarla nuevamente.

A: Está bien.

Pedro mantuvo su neutralidad a lo largo de este intercambio adhiriéndose a las reglas de la discusión justa. Aunque en este caso no era necesario, a menudo es útil resumir los hallazgos respecto a los hechos logrados por medio del procedimiento, bajo la forma de definición clara del problema.

## LOS JUEGOS DE ROLES

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Los juegos de roles como técnica de resolución de conflictos implican dramatizar una situación de conflicto que se ha presentado, para ayudar a los estudiantes a obtener una nueva comprensión de sus conductas.

1. Describa la situación del conflicto, dándoles el momento, el lugar y los antecedentes. Defina los roles a ser actuados y pídale a los participantes que los actúen, o solicite voluntarios.
2. Haga que los actores representen el conflicto. Si se atascan, ayúdeles con preguntas claves. Hágalo brevemente.
3. Detenga la actuación en el punto del conflicto. Pídale sugerencias al público sobre lo que podría hacerse después. Luego, haga que los actores incorporen una de la sugerencias en el juego de roles y lo terminen.
4. Discuta siempre sobre el juego de roles cuando haya terminado. ¿Cómo podría haberse prevenido el conflicto? ¿Cómo se sentían los personajes en la situación? ¿Fue una solución satisfactoria? ¿Qué otras soluciones podrían haber funcionado?

Antes de que usted empiece a usar los juegos de roles como una técnica de resolución de conflictos, haga que los niños practiquen con situaciones hipotéticas. Éstas son menos amenazantes que las situaciones de conflicto reales. Tenga en cuenta, también, el hecho de que a todos los estudiantes no les gusta participar en juegos de roles. La técnica no necesariamente debe usarse siempre para soluciones públicas. También funciona bien en privado, aunque se requiere que usted esté presente para guiarla.

Los juegos de roles pueden usarse con niños pequeños, con diferentes grados de éxito. El problema es que a los niños pequeños les falta la madurez necesaria para distanciarse de los roles que actúan. Sin embargo a veces vale la pena intentarlo. (También vea "los Títeres de Problemas").

EJEMPLO: Tomás y David están a cargo del montaje de una cartelera para el corredor del colegio. E tema es las contribuciones de los antioqueños a la cultura Colombiana, pero no pueden ponerse de acuerdo en qué hacer o en cómo preparar la cartelera. Han llegado a un punto de estancamiento.

La señorita Carlina les pide que describan su problema y, luego, les pregunta si lo quieren actuar para la clase en un juego de roles. Ellos están de acuerdo. Comienzan y casi están llegando al punto de conflicto:

T: Tu quieres poner a todas estas personas que nadie ha oído mentar en su vida, como tu abuela!

D: Y tu sólo quieres poner a personas famosas que ya todos conocemos!

C: Deténganse! ¿Puede alguien sugerir cómo Tomás y David pueden salir de este estancamiento?

1: Negociar. Llegar un acuerdo

C: ¿Cómo?

1: Hagan una lista de personas y cada uno escoge cinco que quiera.

2: Escriban los nombres en papeles y pónganlos en una bolsa.

3: No, no negocien. Hagan una lista y vean si están de acuerdo sobre algunos nombres.

4: Hagan que la clase escoja los nombres.

T & D: No!

C: ¿Les gusta alguna de las ideas?

T: A mí me gustaría escoger cinco nombres.

D: A mí también.

C: Muy bien. Inténtenlo y vean cómo les va. Si no funciona, la clase siempre puede proponer algo más.

Éste es un ejemplo de un problema que se resuelve con juegos de roles. En este caso, no era necesario actuar los papeles hasta el punto de la resolución. Incluso para

conflictos tan pequeños como este, la señorita Carlina se asegura de obtener la autorización de los participantes antes de presentar el problema a la clase. Uno puede percibir por la facilidad y calidad de las respuestas, que esta clase está acostumbrada a los juegos de roles. Un buen punto fue que la señorita Carlina se aseguró que la clase estaba disponible para proponer más soluciones si eran necesarias.

## LA INVERSION DE ROLES

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Las inversiones de roles pueden ser una manera óptima de resolver conflictos graves.

1. Establezca el juego de roles, como el descrito anteriormente. Intente que los participantes en el conflicto original actúen en el juego.
2. Una vez el juego de roles empiece, deténgalo y haga que los participantes cambien de papeles y lo repitan, para que ellos estén, en efecto, defendiéndose de ellos mismos.
3. Detenga el juego de roles, más o menos al minuto de la inversión, después de que los jugadores han logrado percibir el punto de vista de la otra persona. Discuta sobre el juego de roles y vea si surge alguna solución al problema.

**EJEMPLO:** En la Escuela Elemental Duncan, los dos grupos de cuarto tenían suficiente dinero para hacer un paseo juntos. Un grupo había estudiado astronomía y quería ir al planetario. El otro grupo quería visitar el zoológico. El desacuerdo estaba creando problemas entre los grupos. Los maestros decidieron probar la inversión de roles. Les explicaron ambos lados del conflicto a los grupos juntos. Luego preguntaron quién se ofrecía para participar en un "carrusel", que es juego de roles en grupo (El grupo se divide en dos y se forman dos círculos concéntricos: los miembros del círculo de adentro dan la cara a los del círculo de afuera). Casi todos se ofrecieron. Los grupos formaron dos filas, con cada estudiante enfrentado a un compañero del otro grupo.

Durante un minuto, los estudiantes de un grupo intentaron convencer a sus compañeros de ir al planetario. Luego, el otro grupo tuvo un minuto para discutir sobre ir al zoológico. Después, los dos grupos cambiaron de roles y cada uno tuvo un minuto para defender el punto de vista del otro.

Cuando se calmaron el ruido y la confusión, los estudiantes habían entendido ambos lados del conflicto mejor de lo que posiblemente podrían haber entendido antes. Luego, los maestros usaron una técnica de resolución de conflictos para lograr que ambos grupos escogieran un paseo que fuera mutuamente satisfactorio.

## LOS TÍTERES DE PROBLEMAS

**GRADOS:** De Kinder a 2°.

**MATERIALES:** Títeres.

**PROCEDIMIENTO:** Los títeres de problemas se usan como actores de los juegos de roles. Los títeres les proporcionan a los niños pequeños la suficiente distancia de un conflicto para discutir su propia conducta sin sentirse amenazados.

1. Tenga varios títeres disponibles, y explique su uso a los niños: "Éstos son los títeres de problemas. Ellos están para ayudarles a resolver sus problemas". Yo siempre les doy un trato especial en la clase a los títeres de problemas. Viven en una caja de zapatos marcada especialmente. Hago que los niños les pongan nombres y cada títere se marca con una "P" grande.
2. Cuando haya un conflicto, use los títeres para dramatizar la situación ante un grupo o en privado. A menos que usted tenga niños mayores que hayan experimentado con títeres, probablemente tendrá que manejarlos usted mismo.
3. Detenga el juego de roles de títeres en el punto de conflicto. Solicite sugerencias para resolver el problema. Incorpore una de estas sugerencias y termine el juego de roles.

4. Haga esto con varias sugerencias diferentes si tiene tiempo. Incluya una o dos que no funcionen. Esto ayuda a los niños a pensar plenamente las consecuencias de sus sugerencias.
5. Cuando usted haya incorporado una solución que parece funcionar, pregúnteles a los participantes en el conflicto si ésta es una solución satisfactoria para ellos. Si lo es, el conflicto está resuelto y los títeres de problemas pueden guardarse temporalmente.

EJEMPLO: Carolina y Alex estaban peleando sobre quién había guardado un puesto en la alfombra para que su maestro del jardín infantil se sentara. Su maestro, Miguel fue a sacar dos títeres de la caja de zapatos. Se sentó con el grupo, dramatizó la situación y luego pidió soluciones. Desgraciadamente, ninguna de las sugerencias brindó una solución satisfactoria y el problema persistió con diferentes participantes, durante una semana.

Luego, un día alguien sugirió que los títeres pusieran en la lista de tareas el guardarle un puesto al maestro. Todos estuvieron de acuerdo en que esa podría ser la respuesta. Uno de los títeres señaló que a veces los problemas tardan un tiempo para resolverse.

Yo he encontrado al usar los títeres de problemas que no es necesario cambiar los nombres de las partes en conflicto. En primer lugar, probablemente todos en el aula saben quiénes son; y por otro lado, normalmente los niños no se molestan cuando los nombran. De hecho, a menudo se sienten encantados.

### **LA ESTRATEGIA R-S-R**

**GRADOS:** De 4° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Ésta es una técnica altamente estructurada, particularmente útil en casos de desacuerdos y disgustos duraderos. Hay tres pasos: resentimiento, solicitud y reconocimiento (R-S-R).

1. **Resentimiento.** Cada parte dice lo que le disgusta del otro y señala todo lo que le ha hecho para causar el resentimiento.
2. **Solicitud.** Cada parte le dice al otro qué hacer para resolver el problema.
3. **Reconocimiento.** Ambas partes negocian qué peticiones estarían dispuestas a cumplir. Finalmente, la sesión termina con cada parte declarando qué cualidades le gustan o encuentran admirables en el otro.

Como puede darse cuenta, la estrategia R-S-R- es una tarea difícil. Requiere tiempo y un mediador firme que pueda mantener bajo control toda la emoción expuesta. Es muy útil para aclarar las cosas cuando dos estudiantes tienen mucho resentimiento entre sí. Sin embargo, está más allá de las capacidades de algunos estudiantes, así que usted tendrá que usar su juicio y discreción para definir cuando usarla.

EJEMPLO: Durante un juego de baloncesto de los grupos de sexto grado, Dana hizo un comentario peyorativo sobre la madre de Emilse y empezó una pelea entre ellas. Las dos niñas frecuentemente estaban en conflicto, tanto en clase como afuera. Piedad A., cansada de la disputa constante, decidió usar la estrategia R-S-R. Un día, citó a las niñas a una reunión después de la escuela y les explicó el procedimiento que usarían. Les aclaró muy bien que cada una tendría su turno y que seguirían de manera estricta el procedimiento R-S-R.

Dana dijo que no le gustaban los comentarios que Emilse hacía sobre su falta de estatura y de habilidades para jugar baloncesto. También resentía los malos comentarios que Emilse hacía frecuentemente en clase. Emilse dijo que no le gustaban los comentarios sobre su madre, el hecho de que Dana siempre estropeaba los juegos de baloncesto y la manera en que Dana siempre se hacía la desentendida.

PA: ¿Qué quieres decir?

E: Usted sabe. Ella piensa que es más inteligente y mejor en todo.

D: Yo no lo creo!

PA: Esperen - simplemente estamos hablando sobre lo que no le gusta a cada una de ustedes; no perdamos el tiempo negando cosas. ¿algo más que les disguste? Bien, empecemos con las solicitudes.

E: Quiero que ella se disculpe por lo que dijo sobre mi madre.

PA: ¿Algo más?

E: Que deje de actuar tan presumida.

PA: ¿Cómo?

E: Pues..... que deje de decirle a todos cuánto costó su ropa y qué notas obtuvo y cosas así.

PA: ¿Algo más?

E: No.

PA: ¿Y tu qué, Dana?

D: No me gusta cuando las personas me molestan. Ella no debe decir nada porque yo sea bajita.

PA: ¿Eso es todo?

D: Si ella cree que yo daño los juegos, debe enseñarme a jugar mejor.

PA: ¿Qué estarías de acuerdo a hacer, Emilse?

E: No voy a enseñarle nada!

PA: Entonces, ¿Qué harás?

E: Pues, dejaré de molestarla por los juegos y por ser bajita. Ella no tiene la culpa.

D: ¿lo prometes?

E: Sí, lo prometo. ¿Qué harás tu?

D: Siento lo que dije sobre tu madre. Yo no creo que sea presumida, pero intentaré no serlo.

PA: ¿Hay algo que le guste a cada una de la otra? ¿Emilse?

E: Tu eres inteligente. Y aunque no eres buena en los deportes, sigues intentándolo. Yo creo que eso es bueno.

D: Tu eres muy buena en los deportes. Y, a veces, dices cosas que me hacen reír.

Dana y Emilse nunca se hicieron buenas amigas, pero su disputa se detuvo y el ambiente del aula mejoró. Ésta es otra situación en la cual el cumplir estrictamente las

reglas de la técnica les permitió a los participantes ventilar sus desacuerdos y sentirse seguros haciéndolo. Note que Piedad mantuvo en movimiento el proceso y no permitió declaraciones vagas. Al mantenerlo todo en un tono casual (sereno y despreocupado), ella les dio a las niñas algo concreto para trabajar.

#### **IV - AYUDANDO A LOS ESTUDIANTES A ENFRENTAR LA RABIA, LA FRUSTRACIÓN Y LA AGRESIÓN**

Cuando enseñaba en segundo grado, seleccioné las tardes de los martes y jueves para la enseñanza de varias actividades emocionales. No comprendí cuánto identificaban eso mis estudiantes como "el tiempo de los sentimientos", hasta el día que oí que un niño le decía a otro, "siempre intentas hacerme sentir mal. Voy a decirle al maestro". Ante esto, el otro niño se burló diciéndole, "él te hará esperar hasta el martes!"

Cualquiera que enseñe sabe que los niños no dejan sus sentimientos fuera del salón de clase; cada mañana uno se enfrenta a un salón lleno de niños. Y todo el día, todos los días, ellos reaccionan emocionalmente a las cosas. No esperan hasta martes a las dos. Particularmente en situaciones de conflicto, ellos expresan sus emociones rápida y fuertemente.

Cuando los niños no saben maneras constructivas de expresar su enojo y frustración, frecuentemente se vuelven agresivos, y las conductas agresivas llevan al conflicto. Empecemos entonces por la agresión, y avancemos desde allí.

#### **LA NATURALEZA DE LA AGRESIÓN.**

La agresión no es una emoción: es la expresión de una emoción. Se define como "cualquier conducta que intenta dañar a otra persona, física o emocionalmente." La intención de dañar es el factor crucial. Un dentista le causa a uno dolor, pero no quiere dañarlo. Similarmente, un estudiante puede dañar a otro accidentalmente, pero la ausencia de la intención de causar daño impide que la acción sea agresiva. (A propósito, el uso del término *agresivo* para denotar un rasgo positivo, generalmente se reemplaza por el uso del término más apropiado *asertivo*). La agresión usualmente ocurre como resultado de un estado emocional de excitación.

El enojo y la frustración son los sentimientos que frecuentemente llevan a la agresión, no obstante, incluso la excitación emocional positiva puede llevar a la agresión (aunque pudiera parecer extraño). Una vez que un niño esté excitado, puede percibir cualquier incidente o acción como amenazante a sus recursos, sus necesidades o sus valores. Esto activa la conducta agresiva en respuesta a la amenaza percibida.

Mucho de lo que se cree popularmente sobre la agresión viene de los escritos de Sigmund Freud y Konrad Lorenz, quienes sostienen que la agresión es un rasgo innato y que su expresión – de maneras no nocivas - es esencial para la salud humana. El problema con estas teorías es que no se sostienen según la mayoría de investigaciones subsecuentes. Actualmente parece claro que, aunque la capacidad para la violencia es ciertamente innata, su expresión depende de muchos factores, siendo el primero y el principal lo aprendido. Parece ser que la agresión se aprende principalmente a través del ejemplo, la recompensa y la percepción de los agresores como personas exitosas.

En los famosos estudios de Albert Bandura, se mostraron a los niños participantes modelos que se comportaban de manera agresiva y no agresiva hacia un muñeco inflable de cuatro patas llamado Bobo. En varias versiones del experimento, se modelaban conductas de agresión y no agresión hacia el muñeco Bobo, en caricaturas y realizadas por actores en películas y televisión. Los niños observaban los resultados. Si los niños veían agresión, siempre la imitaban.

Estudios de otros investigadores han confirmado que lo que los niños aprenden del modelaje tiene efectos duraderos en su conducta. También se han realizado estudios sobre los efectos de la violencia de la televisión en la agresión de los niños. La conclusión resultante es la misma: el modelaje no sólo muestra cómo ser agresivo; implica también que ser agresivo "está bien". Hay innumerables recompensas para la agresión, particularmente en una sociedad tan competitiva como la nuestra. A menudo, inconscientemente modelamos agresión y la recompensamos como una manera de ganar o conseguir lo que uno quiere. Y ganar, como cualquier niño podría decirnos, es importante.

Desde luego, hay maneras de conseguir lo que uno quiere sin ser agresivo. Y el lado positivo de todo esto es que así como los niños aprenden conductas agresivas, también pueden aprender conductas pacíficas.

## **EXPRESIÓN EMOCIONAL Y AUTOCONTROL.**

La mayoría de las personas estaría de acuerdo en que deben expresarse los sentimientos, no deben reprimirse o acumularse. Por esta razón, muchas personas se sienten incómodas con la idea de enseñarle control de los sentimientos a los niños. Lo igualan con la represión de las emociones y lo ven, en definitiva como un método que produce adultos tensos y miserables. Parecen creer que el autocontrol es algo que los niños simplemente adquieren de forma espontánea en el proceso de crecimiento.

El hecho es que las expresiones emocionales de cualquier clase son aprendidas, sean estas agresivas o pacíficas. Igualmente sucede con el autocontrol. Al enseñarles a los niños maneras positivas de expresar sus emociones, podemos mejorar la forma en que ellos manejan sus conflictos.

Respecto a este punto, hay otra distinción importante para hacer. Así como hay una diferencia entre controlar los sentimientos y reprimirlos, también hay una diferencia entre expresar las emociones y dejarlas salir, o permitir que salgan (desahogarlas o descargarlas).

La idea de desahogar el enojo, la frustración y la agresión es común; un legado de las teorías de Freud y Lorenz. Al decir que la agresión es innata, la conclusión lógica es que si no se libera o se desplaza - se desahoga, por así decirlo - los sentimientos agresivos se acumularán y tendrán efectos dañinos en la salud física y emocional de la persona. Lo que sucede es que, prácticamente no hay sustentación científica para esta teoría. Las personas no son ollas a presión. De hecho, la evidencia indica que liberar los sentimientos agresivos pegándole a una tula o pateando un muñeco o cualquier otro

tipo de desahogo violento sólo hace que uno se sienta más hostil y agresivo. El famoso cliché es verdad: *La violencia genera violencia*.

La investigación indica que el método más eficaz para liberar sentimientos agresivos y de enfado es expresarlos directamente al responsable de ellos o calmarse y permitir que la hostilidad se disipe. A propósito, el distraerse o divertirse hasta el punto de la risa son dos de las mejores maneras para calmarse.

### **ABORDANDO LOS SENTIMIENTOS COMO UNA MATERIA ACADÉMICA.**

Los niños cuestionan a menudo si los sentimientos son un tema legítimo para discutir en la escuela. Ellos tienden a mostrarse incómodos al mencionar sus problemas emocionales. No hay ninguna duda de que la educación afectiva puede dirigirse de manera inapropiada. Por otro lado, es ingenuo pensar que usted pueda enseñar algo sin tratar con el aspecto emocional. Por estas razones un poco contradictorias, yo defiendo el abordaje sincero de los sentimientos en el aula de clase.

Primero, tenga en cuenta el abordar el tema de los sentimientos en cualquier momento del día. Esto desmotivará la actitud de "las tardes de los martes" que describí antes. Refiérase casualmente (serenamente) a los aspectos emocionales de las interacciones diarias con los niños en el aula: "Me siento bien porque ustedes están trabajando duro hoy", "Me sentí defraudado con la historia que leímos. ¿les gustó?" Tales comentarios señalan los componentes afectivos de la vida diaria y presentan los sentimientos como un tema legítimo en el aula.

Permita que los niños sepan cómo se siente usted en diferentes momentos del día. Si se está sintiendo irritable, expréselo; ellos apreciarán la advertencia.

Cuando usted dirija actividades como compartir en círculos (discutido después en este capítulo), recuerde que no está dirigiendo una terapia de grupo. Respete la privacidad de los estudiantes. Cuando haga actividades como el compartir en círculos, comparta elementos suyos también. Esto refuerza la legitimidad de la expresión emocional y

establece un estándar de lo que está bien compartir. Ser muy casual y natural sobre lo que usted comenta les ayuda a sus estudiantes a sentirse más cómodos.

Observe cómo expresa usted sus propias emociones en el aula. ¿Las expresa honestamente? ¿Las expresa apropiadamente? ¿Es su conducta realmente lo que usted quiere modelar?

Haga que "la expresión emocional positiva" sea parte de la manera exclusiva de hacer las cosas en la comunidad de su grupo. Desarrolle frases claves con su grupo para recordar las maneras de controlar las emociones. Por ejemplo, yo tenía un grupo al que le encantaba el ejercicio de "El Valle Feliz", mencionado después en este capítulo. Cuando alguien se enfadaba, el grupo hacía un coro, "Es hora de visitar el Valle Feliz!" Parecía como si ellos estuvieran dementes, pero funcionó.

También tuve un grupo de jardín infantil que se sentía encantado con las actividades de "escurrir e inflarse como globos (bombas)" que aparecen después. Ellos se inflaban y escurrían ante el menor evento, hasta que finalmente tuve que sentarme y explicarles que no siempre era apropiado utilizar esas técnicas.

Las actividades descritas a continuación se enfocan en tres áreas de "la expresión emocional positiva" que son muy importantes en los conflictos y su resolución: (1) Identificar los sentimientos y sus causas, (2) aprender formas positivas de expresar los sentimientos y (3) aprender autocontrol.

## **IDENTIFICAR LOS SENTIMIENTOS.**

Estas actividades están diseñadas para ayudarles a los niños a aumentar su vocabulario relacionado con los sentimientos; a entender mejor sus causas y, quizás aún más importante, a identificar cómo se sienten las demás personas. Ya que esta área también se cubre bien en otras fuentes, sólo se incluyen algunas actividades.

Estas son principalmente cortas y simples, de modo que puedan integrarse fácilmente en el transcurso del día.

## MÍMICA

**GRADOS:** De 1° a 4°.

**MATERIALES:** Quince o veinte tarjetas con un sentimiento escrito en cada una.

**PROCEDIMIENTO:** Esta actividad produce un buen cambio de ritmo. Es una manera de hacer que los niños se levantan y se muevan después de que han estado sentados por un tiempo.

1. Haga que un estudiante tome una tarjeta y lea el sentimiento escrito. Los otros niños deben reaccionar con sus caras y cuerpos ante tal sentimiento.
2. De manera alternativa, haga que un estudiante tome una tarjeta y que actúe sin mostrársela al grupo. El grupo debe intentar adivinar el sentimiento escrito en la tarjeta.

DISCUSIÓN:

¿Qué dice el lenguaje corporal sobre cómo se siente una persona?

¿Pueden las personas decir una cosa con su cuerpo y otra con sus palabras?

¿Cómo se usaría el lenguaje corporal en los conflictos?

## DICCIONARIO DE SENTIMIENTOS

**GRADOS:** Kinder , 1°, 2° y 3°.

**MATERIALES:** Revistas, papel, lápices o marcadores.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Marque hojas de papel con nombres de diferentes sentimientos. Haga que los niños busquen en las revistas fotos o dibujos que ilustren los sentimientos.

2. Los niños más mayores pueden realizar asociaciones sobre esos sentimientos con la técnica de lluvia de ideas. También pueden buscar diferencias más sutiles entre las emociones.

#### DISCUSIÓN:

- ¿Qué hace que las personas sientan?
- ¿Te has sentido alguna vez de esa manera?
- ¿Qué hiciste sobre ese sentimiento?

### **ACTUANDO DE MANERA FELIZ ( TRISTE, ENFADADA...)**

**GRADOS:** Kinder a 3°.

#### **PROCEDIMIENTO:**

1. Enfóquese en un sentimiento (por ejemplo, el enojo) cada vez que haga esta actividad. Haga que los niños actúen de maneras diferentes que reflejen ese sentimiento. (Por ejemplo, hágalos caminar, sonreír, darse la mano y barrer el piso, con enojo).
2. Una vez tengan la idea, haga que sugieran maneras de actuar (para realizar pantomimas) con el sentimiento seleccionado.

#### DISCUSIÓN:

- ¿Cómo muestran las personas lo que están sintiendo sin expresarlo en palabras?
- ¿Cuáles pistas podría uno observar?
- ¿Qué cosas te hacen sentir.....?

## ERGO

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Explique que ERGO significa “por consiguiente” en latín.
2. Haga que los estudiantes escriban terminaciones para las siguientes frases incompletas:
  - Bairon empujó a Jane; ergo. . .
  - Pablo se rió; ergo. . .
  - A María se le puso roja la cara; ergo. . .
  - Daniel estaba llorando; ergo. . .
  - Luisa está mirando fijamente por la ventana; ergo. . .
3. Haga que los estudiantes compartan y discutan sus respuestas “ERGO”.

**DISCUSIÓN:**

- ¿Qué pistas usaste para deducir tus ergos?
- ¿De qué manera te basaste en tu propia experiencia?
- ¿Qué otro tipo de información sería útil para deducir ergos?
- ¿Cómo podrías encontrar esa información?

## VOCABULARIO DE SENTIMIENTOS

**GRADOS:** De Kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Explíquelo al grupo que usar un vocabulario amplio sobre los sentimientos hace que su escritura sea más interesante. Haga con los estudiantes una lluvia de ideas para compilar una lista de todas las palabras relacionadas con sentimientos que hayan oído alguna vez.

2. Pida voluntarios para dar ejemplos de situaciones que podrían causar estos sentimientos.

#### DISCUSIÓN:

¿Cuál es la diferencia entre..... y .....?

¿Qué hace que uno sienta.....?

¿De qué manera serían útiles estas palabras para su escritura?

Haga esto con los niños menores como un ejercicio completamente afectivo, independientemente del trabajo académico sobre el lenguaje.

### EMOCIONES MANIPULADAS

**GRADOS:** De Kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Haga que los estudiantes encuentren ejemplos de sonidos o música que evocan sentimientos. Luego pídale que encuentren imágenes que producen lo mismo.

Use esta actividad como un punto de partida para discutir con los estudiantes mayores sobre cómo los sentimientos son manipulados por los medio de comunicación. Discuta por qué esto es útil para algunas personas (como los vendedores) y por qué es beneficioso para los estudiantes ser conscientes de esto. Haga que los estudiantes lleven un diario durante una semana donde escriban cuándo y cómo sus emociones intentan ser manipuladas.

#### DISCUSIÓN:

Cuando tu [oyes estos sonidos o ves estas imágenes] ¿cómo te hacen sentir?

¿Cómo puedes decir si alguien está intentando manipular tus emociones?

¿Por qué querría alguien hacer eso?

## ¿ENEMIGOS?

**GRADOS:** De Kinder a 6°.

**MATERIALES:** tarjetas de cartulina de 10 x 15 cm y lápices.

**PROCEDIMIENTO:** Presénteles esta actividad a los niños mayores diciendo, "vamos a reflexionar sobre ¿qué es un enemigo?" Si lo prefiere, puede contarles o leerles una historia en la cual los personajes sean enemigos que eventualmente se convierten en amigos.

**LLUVIA DE IDEAS:** "¿Qué decimos normalmente sobre los enemigos? ¿Por qué lo decimos?"

1. Distribuya la tarjetas de cartulina. Haga que los niños describan en un lado de la tarjeta una ventaja de tener un enemigo, y en el otro lado una desventaja de tener un enemigo. Haga que lean sus notas al resto del grupo, y las discutan.

**DISCUSIÓN:**

¿Entienden los niños lo que es un enemigo?

¿Qué creías que era un enemigo cuándo eras pequeño?

¿Tienes enemigos ahora?

¿Cómo podrías convertir a un enemigo en un amigo?

¿Por qué algunos países que eran nuestros enemigos ahora son nuestros amigos?

## ¿QUÉ ES EL ODIO?

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**MATERIALES:** Papel, lápices, crayolas.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Pídale al grupo que haga dibujos sobre el odio. No les dé más instrucciones que ésta y vea que proponen los niños. Discuta los resultados.
2. Haga que los estudiantes completen la frase "el odio es....." cinco veces. Hágales incluir las causas del odio y las conductas que inspira.
3. Haga que los estudiantes escriban sobre una experiencia en que hayan odiado a alguien o algo y cómo superaron el odio.

**DISCUSIÓN:**

¿Hay grados de odio?

¿Qué es lo opuesto al odio?

¿Qué tipos de cosas hacen las personas a causa del odio?

¿Puede cambiarse el odio? ¿Cómo?

¿Cómo se relaciona el odio con la ira? ¿Puede uno odiar y no estar enfadado?

Con los niños menores, deténgase después del ejercicio del dibujo, y use los dibujos para la discusión.

## DEFINICIONES DE SENTIMIENTOS

**GRADOS:** De 2° a 4°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Enfóquese en una emoción cada vez que usted haga esta actividad. Haga que los niños escriban sobre la emoción escogida con este formato:

Sentir..... significa.....

Lo que me hace sentir..... es.....

Yo sé que otras personas se sienten..... cuando.....

2. Pida voluntarios para leer sus respuestas y discútalas con el grupo.

## DISCUSIÓN:

¿Cómo respondieron ustedes a los planteamientos?

¿Qué aspectos fueron más difíciles de responder?

¿Cómo sabe uno que alguien se siente.....?

## COMPARTIENDO EN CIRCULOS

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Compartir en círculos es una clase de reunión social o “encuentro” del grupo. Su propósito es animar a los niños a compartir sus sentimientos y opiniones sobre diferentes problemas, o a examinar emociones y cómo se relacionan con la vida diaria. Una técnica buena para usar el compartir en círculos es hacer que los estudiantes completen frases, como:

Una vez yo estaba contento porque.....

Algo que me asusta es.....

Cuando yo estoy enfadado.....

Con base en estos ejemplos, es obvio que para usar esta técnica usted debe conocer a sus estudiantes y saber qué tanto o poco prefieren compartir en círculos. Debe explicarles la razón para usar las frases particulares seleccionadas. También debe decirles a los estudiantes que tienen derecho de “pasar”, un derecho que podrían usar excesivamente al principio. No se gana nada obligando a los estudiantes a que participen en este tipo de actividades. Hay una gran diferencia entre propiciar que los estudiantes expongan los suyos y presionarlos para que participen.

La confianza es crucial para el éxito de “compartir en círculos”. Debe evaluar el nivel de confianza en su aula. La siguiente actividad puede ayudarle a determinar los límites del compartir en círculos.

### LISTAS DE PRIVACIDAD

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**MATERIALES:** Papel, lápices, 3 cartulinas ( hojas de papelógrafo), marcadores y cinta.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que cada estudiante enumere tres o cuatro cosas sobre las que sería fácil hablar con el grupo, luego tres cosas sobre las que sería difícil discutir y, finalmente, tres cosas que él o ella no compartirían. Los estudiantes no deben poner sus nombres en las hojas.
2. Recoja las hojas con los aportes de cada estudiante. Marque las 3 cartulinas (u hojas de papelógrafo) con los títulos *fácil*, *difícil*, y *privado*. Péguelas al tablero y enumere en ellas los temas sobre los que más escribieron los estudiantes. No transcriba nada que podría relacionarse con un estudiante en particular.
3. Asegure a los estudiantes que usted no tiene ninguna intención de invadir su privacidad en ninguna actividad.

DISCUSIÓN:

¿Qué hace que sea fácil hablar sobre algunas cosas?

¿Por qué otras son más difíciles?

¿Por qué es importante no obligar a las personas a que hablen sobre las cosas privadas?

¿Cuáles son algunas maneras en las que podríamos hacer saber a los demás cuándo una discusión está poniéndose demasiado personal?

¿Por qué es importante la confianza para las relaciones con nuestro grupo?

## **APRENDIENDO FORMAS POSITIVAS DE EXPRESAR LAS EMOCIONES.**

El énfasis en estas actividades se centra claramente en lo que podría llamarse las “expresiones negativas” (del enojo y la frustración) debido a que éstas son las más comunes en los conflictos. Es importante recompensar las expresiones positivas de estas emociones cuando las vea. Los estudiantes a menudo tienen en su poder, sin saberlo, una gama de formas positivas de expresar dichas emociones. El concepto de que el enojo puede usarse de manera responsable y constructiva puede ser una revelación para ellos.

Puede que la conexión entre las actividades a realizarse y los conflictos cotidianos no sea inmediatamente obvia para los estudiantes. Enfaticé dicha relación siempre que pueda.

## **LA AGRESIÓN**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

### **PROCEDIMIENTO:**

1. Escriba la palabra “agresión” en el tablero y explique que significa un “esfuerzo por herir a otros física o emocionalmente.”
2. Pregunte, ¿"alguna vez se han comportado agresivamente? ¿qué les hizo sentir que querían herir a alguien?" Explique, "en las situaciones de conflicto, las personas a veces se comportan agresivamente porque están enfadadas o frustradas. Durante las próximas semanas, estaremos observando formas de expresar las emociones de manera no agresiva".

### **DISCUSIÓN:**

¿Por qué las personas se comportan agresivamente?

¿Cuáles son los resultados de comportarse agresivamente?

¿El ser agresivos nos ayuda a conseguir lo queremos?

¿Qué nos hace comportarnos agresivamente?

Con niños mayores, usted puede observar conductas agresivas en la comunidad y en el mundo. “¿Son las personas agresivas por naturaleza?”, es una interesante pregunta para investigar. “¿Cuáles son maneras socialmente aceptables e inaceptables de expresar la agresión?”, es otra.

## PROTESTAR Y GRUÑIR

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Yo fijo sesiones de “protestar y gruñir” semanalmente, o más a menudo si es necesario. El grupo se sienta en un círculo, y cada uno tiene la oportunidad de decir lo que le enfadó, molestó o le hizo sentir frustración durante esa semana. Cada estudiante puede decir quién estaba involucrado, lo que se hizo sobre el problema y si la situación se aclaró o no a satisfacción del estudiante. Los problemas sin resolver pueden retornarse al grupo para una sesión de resolución de conflictos.

Con niños menores, algún artefacto pequeño como un títere de enojo o un micrófono mágico (un eje de madera con dos pies de alambre adheridos) agrega diversión a esta actividad.

## EL TABLERO DE LAS MOLESTIAS

**GRUPOS:** De kinder a 3°.

**MATERIALES:** Crayolas y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Discuta sobre el sentirse molesto, es decir, aburrido o enfadado.

2. Haga que los niños hagan y marquen con su nombre un dibujo de algo que los molesta. Los niños menores probablemente tendrán que dictarle a usted para marcar los dibujos.
3. Haga que los niños muestren sus dibujos y los discutan entre sí. Luego péguelos en una cartelera. Ésta se convierte en “el tablero de las molestias”. Use las situaciones descritas como opciones para explorar con “los títeres de problemas.”

#### DISCUSIÓN:

¿Qué haces cuándo alguien o algo te molesta?

¿Qué más podrías hacer?

¿A dos o más de ustedes les molesta la misma cosa?

### LA LÍSTA DE LAS MOLESTIAS

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:** Ésta es una versión más sofisticada de la actividad anterior.

1. Haga que los estudiantes enumeren diez cosas que les molestan. Luego hágalos ordenar la lista desde lo que les molesta ligeramente hasta lo que los hace enfurecer, de uno a diez.
2. Pida voluntarios para compartir los ítems del nivel uno, luego los del nivel cinco y, finalmente, los del nivel diez.

#### DISCUSIÓN:

¿Cómo hacer que los demás sepan que nos están molestando?

¿Cómo hacer para que se detengan?

¿Qué cosas hacemos que puedan molestarles a los demás?

¿Cómo nos gustaría que nos dijeran que nos detengamos?

## LA LISTA DEL ENOJO

**GRADOS:** De kinder a 6°

**PROCEDIMIENTO:**

1. Por medio de una lluvia de ideas, haga una lista con el grupo sobre las expresiones del enojo. Ésta debe ser una lista de todas las maneras que puedan pensar para expresar el enojo.
2. Discuta la lista y decida cuáles modos de expresión es probable que sean peligrosos o perjudiciales (agresivos) y trace una línea sobre ellos. Explique que la línea simplemente significa que no son recomendables.
3. Describa al grupo una situación que probablemente provocaría enojo. Haga que el grupo entero escoja y, luego, dramatice una respuesta de la lista del enojo. Repita varias respuestas diferentes tomadas de la lista.

**DISCUSIÓN:**

¿Cuáles de los ítems de la lista podrían herir a alguien o podrían ser peligrosos de alguna manera?

¿Cuáles podrían meternos en problemas?

¿Han tenido alguna experiencia con uno de los ítems recomendados que podrían compartir?

## ENTREVISTAS SOBRE EL ENOJO.

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. ¿Desarrolle con el grupo una encuesta sobre el enojo e incluya preguntas tales como, "¿qué te hace enfadar?" y "¿qué haces cuando estás enfadado?"

- Haga que los estudiantes entrevisten a la familia y a los amigos, y luego compartan los resultados con el grupo.

### DISCUSIÓN:

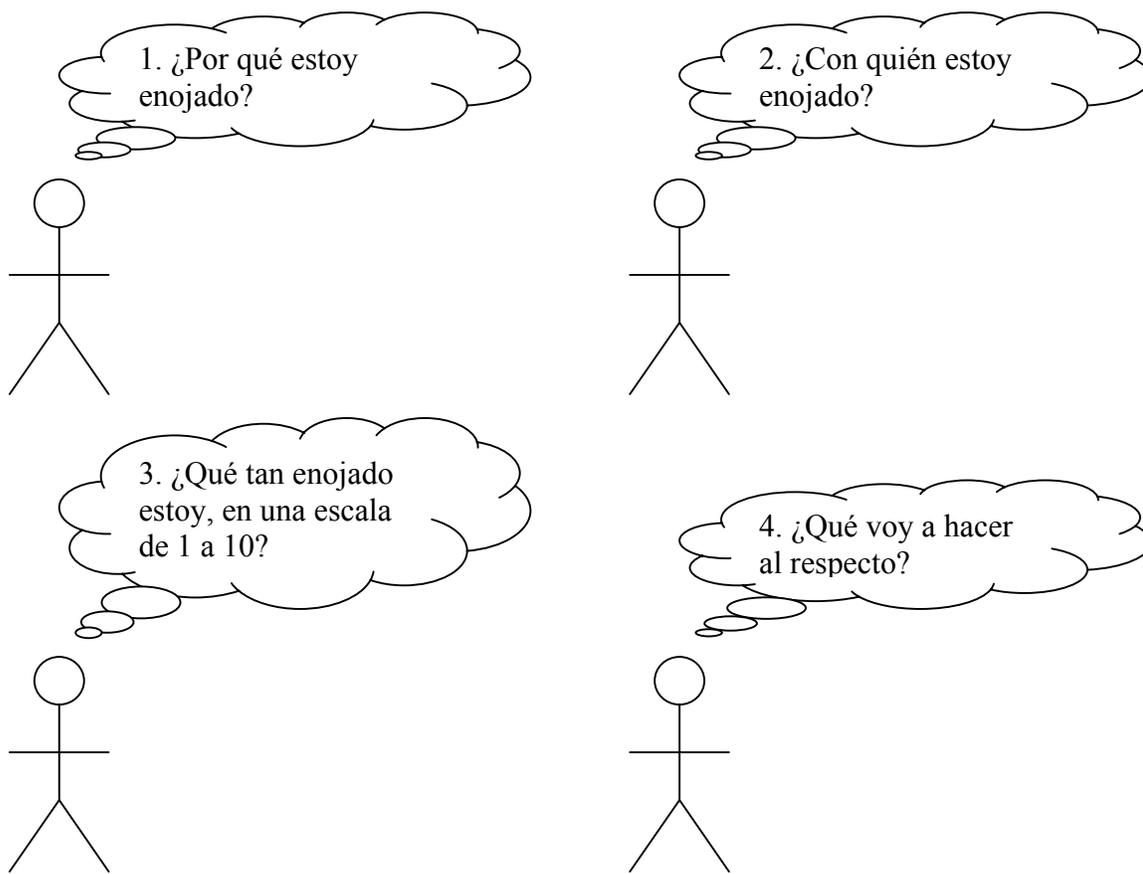
- ¿Cuáles son algunas de las maneras especialmente buenas de expresar el enojo?
- ¿Cómo reaccionaron las personas a sus preguntas?

### BURBUJAS DE ENOJO

**GRADOS:** De 2° a 6°.

### PROCEDIMIENTO:

- Ponga esta serie de dibujos en el tablero o en una cartelera:



2. Dígale a los estudiantes que cuando ellos están enfadados, deben ensayar el imaginarse a sí mismos como personajes de un libro de cuentos con éstas burbujas para sus pensamientos. Sugierales que aprendan a contestar estas preguntas antes de actuar.

#### DISCUSIÓN:

¿Por qué contestar estas preguntas puede ayudarnos a expresar el enojo de manera eficaz?

¿Por qué podría ayudarnos el evaluar el enojo en una escala de 1 a 10?

¿Cuáles son algunas maneras en que uno podría expresarlo?

¿Qué puede hacer uno si está enfadado, pero no con nadie en particular?

### LA FANTASÍA DE ENOJO

**GRADOS:** De 2° a 6°.

#### PROCEDIMIENTO:

1. Haga que los estudiantes se sienten cómodamente con los ojos cerrados. A medida que usted cuente hasta diez, ellos deben tomar una respiración profunda en cada número. Cuando llegue a diez, cuente hacia atrás hasta uno mientras los estudiantes continúan respirando profundamente.
2. Dígales, haciendo una pausa en los puntos apropiados, "en esta fantasía guiada estarán pensando sobre el enojo. Piensen en alguien del grupo que los ha hecho enfadar. Piensen en lo que él o ella hizo. Imaginen los detalles claramente. ¿Por qué eso los hizo enfadar? Piensen en una respuesta agresiva para esa persona. Imaginen cómo reaccionaría esa persona ante esa respuesta. Ahora piensen en una manera positiva de expresar su enojo. Asegúrense que la persona sabe que están enfadados. ¿Cómo podría responder él o ella? Ahora

piensen en tres cosas que les gustan de esa persona, aunque sean cosas pequeñas".

#### DISCUSIÓN:

¿Qué tipo de respuesta agresiva pensaron realizar?

¿Cómo pensaron que reaccionaría esa persona?

¿Qué tipo de respuesta positiva pensaron realizar?

¿Cómo respondería él o ella?

¿Por qué les pedí que pensarán en tres cosas que les gustan de esa persona?

### ENCONTRAR LO POSITIVO

**GRADOS:** De kinder a 6°.

#### PROCEDIMIENTO:

1. Explique que a menudo, aunque podamos sentirnos enfadados, agresivos o con frustración en una situación, también tenemos sentimientos positivos en relación con ésta.
2. Pida voluntarios para describir situaciones que provocan emociones negativas. Haga un cuadro en el tablero con el siguiente formato:

<b><i>Sentimiento Negativo</i></b>	<b><i>Situación</i></b>	<b><i>Sentimiento Positivo</i></b>
Engañado	Jugando monopolio con los compañeros	Orgullo de ser honesto
Insultado	Nos dicen apodos en el patio de recreo	Sentirse grande - no responder con otros apodos
Molesto	Jugar fútbol con malos jugadores	Sentirse grande – no enojarse; jugar porque es divertido y vale la pena

DISCUSIÓN:

¿Por qué es difícil pensar en cosas positivas?

¿Por qué es útil pensar en cosas positivas?

### USAR EL ENOJO CONSTRUCTIVAMENTE

**GRADOS:** De 5° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Así como los conflictos, el enojo también puede brindar resultados constructivos para la sociedad. Ha motivado cambios sociales y crecimiento.

1. Reflexione en la clase o haga que los estudiantes investiguen sobre personas que se sienten “enfadadas” o inconformes ante la injusticia y sobre el tipo de acción social les inspira realizar su enfado o inconformidad. (Ej. Martin Luther King, Mahatma Ghandi, Simón Bolívar, los héroes de la patria, los jueces, los líderes civiles, etc.). Otras preguntas interesantes son sobre qué conflictos pueden encontrar esas personas y cómo responden ante ellos.
2. Haga que los estudiantes busquen artículos en el periódico donde haya personas que están usando su enojo constructivamente y destructivamente.

DISCUSIÓN:

¿Qué aprendieron de esta actividad?

¿Cómo podrían usar constructivamente el enojo?

¿Cuál es un problema de la sociedad que te hace enfadar?

## RESPECTO Y RESERVAS

**GRADOS:** De 4° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Discuta sobre maneras de hacer que las personas dejen de hacer cosas que nos molestan. Sugiera que una forma de hacer esto es hablar sobre el “R & R” - respeto y reservas. Primero uno dice algo que respeta y aprecia sobre esa persona y, luego, uno dice algo sobre lo que tiene reservas. Sugíéales el siguiente formato: "me gusta cuando tu..... , pero yo tengo reservas sobre la manera en que tu,,,,,"
2. "Deles oportunidades a los estudiantes de practicar a través de dispositivos tales como juegos de roles, dramatizaciones humorísticas y tareas con tiras cómicas.

**DISCUSIÓN:**

- ¿Por qué es más fácil escuchar una crítica cuándo se dice con aprecio y respeto?
- ¿Por qué podría ser bueno para el crítico recordar algo bueno de la otra persona?
- ¿En qué tipo de situaciones podría ser apropiado usar esta técnica?
- ¿Cuándo podría ser inadecuada?

## LAS MONEDAS (O FICHAS)

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Quince monedas (o fichas) por cada niño.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Dele quince monedas o fichas a cada estudiante. Dícales que su tarea es poner las monedas verticalmente, en una fila continua. Esto es difícil pero no imposible.

2. Mientras los estudiantes lo intentan, observe las diferentes reacciones ante la frustración: algunos estudiantes se enfadarán, algunos se retirarán, algunos se rendirán, y así sucesivamente. (Mencione después las reacciones, durante la discusión).
3. Después de más o menos diez minutos (cuando los estudiantes estén empezando a sentirse muy frustrados), termine la actividad y discúptala.

#### DISCUSIÓN:

¿Qué fue lo primero que pensaron cuando escucharon describir la actividad?

¿Qué pensaron cuando intentaron hacerlo por primera vez?

¿Después de que intentaron y fallaron durante un tiempo, cómo se sentían?

¿Esta habría sido una experiencia menos frustrante si hubieran trabajado con otras personas?

¿Qué otro tipo de situaciones los hacen sentirse frustrados?

¿Qué pueden hacer en situaciones frustrantes?

Deje algunas monedas (o fichas) en un frasco para que los estudiantes intenten durante su tiempo libre. Siempre hay alguien que quiere seguir intentando hasta que lo logre.

### LA CASA DE NAIPES

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**MATERIALES:** Un naipe por cada tres estudiantes.

#### PROCEDIMIENTO:

1. Divida a los estudiantes en grupos de tres. Dé a cada grupo un naipe y dígales que construyan una casa de tres pisos usando sólo las cartas.
2. Como en la actividad de las monedas, observe las señales de frustración. Note cómo se expresa la frustración entre los miembros del grupo.

3. Después de más o menos diez minutos (cuando los estudiantes estén empezando a sentirse muy frustrados), termine la actividad y discúptala.

#### DISCUSIÓN:

- ¿Qué fue lo primero que pensaron cuando escucharon describir la actividad?
- ¿Qué pensaron cuando intentaron hacerlo la primera vez?
- ¿Después de que habían intentado y fallado durante algún tiempo, cómo se sentían?
- ¿Cómo expresaron la frustración hacia los miembros del grupo?
- ¿Podían sentir cómo se iban enfadando?
- ¿Estaban empezando a surgir conflictos?
- ¿Qué otro tipo de situaciones los hacen sentir frustración?
- ¿Qué puede uno hacer en situaciones frustrantes?

### EL VALLE FELIZ

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Enséñele a los estudiantes a hacer un viaje al “Valle Feliz”. Use esta fantasía guiada varias veces. Luego, sugiera que la usen ellos mismos cuando estén particularmente excitados. Dígales, “imaginen que están atravesando un túnel. Está oscuro. De repente las paredes del túnel se incendian. Están a salvo, pero las paredes se están quemando. Luego, llegan al extremo del túnel y encuentran una puerta diminuta. Agáchense, abran la puerta y crúcenla. El fuego y la oscuridad ahora quedan detrás de ustedes. Están bajando por unas escalas hacia el Valle Feliz. El Valle feliz es bonito y está lleno de cosas que les gusta hacer. ¡Miren! ...algo que siempre han querido hacer está esperando que lo hagan allí a su derecha. Imagínense haciendo esa actividad.

Hay un río a la derecha. En el río hay una isla y en la isla están las personas con las que están enfadados. Salúdenlas. Ellos no pueden acercarse a ustedes en este momento. No pueden herirlos o hacerlos enfadar. No pueden llegar hasta el Valle Feliz.

Voltéense y disfruten del Valle Feliz un poco más. Cuando estén listos, dejen el Valle Feliz, sintiéndose frescos y calmados, ya no están enfadados ni frustrados”.

## ESCURRIR

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que los niños tensen todos sus músculos y tomen una respiración. Luego, deben mantener sus músculos tensos y su respiración durante cinco segundos. Después deben relajarse, empezando por la cabeza hasta los pies y exhalar mientras lo hacen. Repítalo varias veces.
2. Una vez ellos hayan practicado, hágales pensar en alguien con quien están enfadados o en algo que los ha hecho sentirse frustrados. Hágales tensarse y pensar en el enojo o frustración. Luego, cuando ellos se relajen, dígales que el enojo se está escurriendo y saliendo de ellos. Toda esa emoción está goteando por las puntas de los dedos de sus pies y ahora está como un charco a sus pies.
3. Una vez ellos hayan escurrido todo, deben pararse al lado del charco y dejar atrás el enojo.

Aunque parece ridícula, ésta es una técnica muy eficaz tanto para adultos como para niños. ¡Pruébela!

**DISCUSIÓN:**

¿Cuándo podría uno escurrir?

¿Cómo podría esto ayudarnos a sentirnos?

¿Por qué esto sería algo bueno para apartar el enojo o la frustración?

## INFLARSE COMO GLOBOS

**GRADOS:** De kinder a 3°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Explique que una manera de calmarse cuando uno está enfadado es tomar respiraciones profundas. Inflarse como un globo es una forma de hacer esto.
2. Haga que los niños llenen sus pulmones de aire y levanten sus brazos como si fueran globos o bombas inflables. Luego, haga que lentamente boten el aire y se arruguen como globos desinflados. Repítalo tres veces en total.

**DISCUSIÓN:**

¿Cómo se sienten después de inflarse como globos tres veces?

¿Piensan que esto les ayudaría a tranquilizarse si estuvieran enfadados?

¿Cuándo podrían ensayar a inflarse como globos?

## DISTRAERSE

**GRADOS:** De kinder a 4°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Establezca una "esquina de la risa." Reírse puede disipar el enojo y la agresión. Mantenga allí un álbum con recortes de dibujos animados y chistes. También podría tener arcilla, pinturas, juguetes, globos o cualquier cosa que un niño enfadado pudiera usar para distraerse.
2. Enumere los pasos para hacer un "baile de distracción" en momentos de perturbación. Anuncie la siguiente sucesión de pasos para ser completada rápidamente:
  - Aplauda tres veces.
  - Siéntese en el suelo.

- Dé de puntapiés en el aire con su pie derecho.
- Dé de puntapiés con su pie izquierdo.
- Salte.
- Mueva los brazos.
- Respire profundo y llénese de aire.
- Desínflase despacio, como un globo, hasta el suelo.
- Párese en cámara lenta.
- Dé vueltas tres veces.
- Diga en voz alta. "Ya estoy tranquilo".

### **APRENDIENDO AUTOCONTROL.**

El autocontrol no se aprende de la noche a la mañana, ni se logra por accidente. Estas actividades apuntan a darle a los estudiantes una comprensión del proceso involucrado en el autocontrol. Empiezan examinando su propio poder personal, primero sobre los demás y luego sobre ellos mismos. La razón para hacer este énfasis en el poder es que los niños a menudo no son conscientes de éste. Sin embargo, el autocontrol es en gran medida un ejercicio consciente del poder sobre uno mismo.

Una vez ellos tengan esta conciencia de su propio poder, están listos para entender la conexión entre los sentimientos y la conducta y, finalmente, para desarrollar un código de conducta personal. Como parte del este proceso, es conveniente que practiquen maneras de hacer saber sus necesidades y deseos sin recurrir a la agresión.

## SER EL JEFE

**GRADOS:** De kinder a 3°.

**MATERIALES:** Lista de tareas (vea abajo).

**PROCEDIMIENTO:** Dé oportunidades a diferentes niños de ser el jefe de la clase. El jefe puede darle a alguien cualquiera de las instrucciones de la siguiente lista:

Salten tres veces.

Reciten "los pollitos dicen".

Denle una vuelta a su pupitre.

Saluden a.....

Aleteen como un pájaro.

Digan tres veces a su nombre.

Denle la mano a .....

Froten su estómago y dense golpecitos en la cabeza al mismo tiempo.

### DISCUSIÓN:

¿Cómo te sentiste al ser el jefe?

¿Cómo te sentiste al ser mandado?

¿Cómo sería ser mandado todo el tiempo?

¿Podría el jefe hacer enfadar a las personas con él o ella? ¿Cómo?

¿Qué habría pasado si alguien se hubiera negado a ser mandado?

## EL PODER INFANTIL

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que cada estudiante escriba una lista con tres maneras en que él o ella pueden hacer feliz al maestro y tres maneras en que él o ella pueden hacerlo infeliz. Repítalo en relación con los padres y los amigos.
2. Hágales hacer una lista de tres maneras de ser felices sin hacer infelices a los demás.

**DISCUSIÓN:**

¿Cuáles son algunas maneras de hacer felices a las personas? ¿Infelices?

¿Haces tu estas cosas?

¿Cuándo podrías querer hacer feliz a alguien?

¿Cuándo podrías querer hacer infeliz a alguien?

¿Qué es el poder?

¿Qué poder tienen las personas sobre ti?

¿Qué poder tienes sobre otras personas?

¿Qué poder tienes sobre ti mismo?

### QUERER....., TENER QUE.....

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que cada niño escriba aproximadamente cinco cosas que él o ella tienen que hacer en casa o en la escuela, con el siguiente formato: "yo tengo que....."

2. Hágales escribir las frases de nuevo, diciendo en cambio, "yo quiero....."  
Identifique cuales de las cinco cosas todavía se "tienen que hacer".
3. Enumere algunos de los controles impuestos por los amigos, la familia, la escuela, la comunidad y los medios de comunicación.
4. Enumere algunos controles internos, es decir, controles que nos auto-imponemos.

#### DISCUSIÓN:

¿Cuáles de las frases de "yo quiero..." todavía involucran cosas de "yo tengo que..."?

¿Por qué se "tenían que hacer" - qué controles estaban involucrados?

¿Qué pasaría si no se hicieran?

¿Tienen que hacerlas realmente, o están escogiendo no enfrentarse a consecuencias negativas?

¿Cuáles son las diferencias entre los controles exteriores (externos) e interiores (internos)?

¿Cómo afectan su conducta?

### CONTROLES POSITIVOS

**GRADOS:** De 3° a 6°.

#### PROCEDIMIENTO:

1. Pregunte, "¿que pasaría si no hubiera ningún control sobre el enojo, la frustración o la agresión de las personas? ¿Qué conductas resultarían? ¿Cómo sería la vida?"
2. Por medio de una lluvia de ideas, haga con el grupo una lista de las consecuencias de las emociones desenfrenadas, tanto para el individuo como para la sociedad.

3. Puede usar dicho tema para un ejercicio de escritura: haga que los estudiantes describan una sociedad donde las personas no tienen ningún control de su conducta, interno o externo.

#### DISCUSIÓN:

¿De qué sirven los controles?

¿Puede haber demasiados controles? ¿Qué podría pasar si hubiera demasiados controles?

¿Preferiría usted tener controles externos o internos?

### EL CÓDIGO DE CONDUCTA PERSONAL

**GRADOS:** De 4° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:** Haga que los estudiantes escriban tres finales para las siguientes frases incompletas:

En situaciones frustrantes, yo intentaré . . .

Cuando me sienta enfadado y agresivo, intentaré . . .

Cuando esté en una situación de conflicto, intentaré . . .

#### DISCUSIÓN:

¿Qué escribieron?

¿Cómo llegaron a esas decisiones?

¿Qué significa desarrollar un código personal de conducta?

¿Qué tipo de compromisos implica?

¿Será fácil o difícil seguir el código?

¿Cómo podrías uno ayudarle a los demás a seguir a su código?

## V - ENSEÑANDO COOPERACIÓN

*. . . la sociedad del hombre ha sobrevivido porque la cooperación de sus miembros ha hecho su supervivencia posible.*

*- Ashley Montague*

Todos los años yo les pregunto a mis estudiantes qué significa cooperar. Normalmente ellos contestan algo como, "significa hacer lo que usted nos dice". Este año alguien dijo, "¡significa no siempre estar poniéndole problema a usted!" La cooperación es una palabra que nosotros los maestros usamos frecuentemente. Suponemos que los estudiantes saben qué es la cooperación, y suponemos que saben cooperar. Ninguna de estas suposiciones es necesariamente válida.

Cooperar es trabajar juntos hacia metas mutuas. En este capítulo, estaremos discutiendo la cooperación, principalmente cuando se relaciona con trabajar en grupos, pero es importante tener presente que los grupos no son indispensables para la cooperación. La cooperación puede implicar trabajar juntos en un cuarto o puede referirse a trabajar en extremos opuestos de la escuela. Los científicos de diferentes países cooperan a menudo, sin verse nunca en la vida real o sin siquiera hablar el mismo idioma.

De todos los aspectos del aula pacífica, la cooperación es en muchos sentidos el más importante. La resolución creativa de conflictos, las actitudes tolerantes, los buenos hábitos de comunicación y la manera apropiada de compartir los sentimientos son mucho más factibles cuando los niños saben trabajar juntos. La cooperación también genera un sentido de comunidad y de bienestar.

## **COOPERACIÓN Y COMPETENCIA.**

Antes de que discutamos a fondo la cooperación, necesitamos mirar su lado opuesto, la competencia. Generalmente las aulas son lugares muy competitivos. Nuestras prácticas para agrupar y calificar son competitivas; incluso muchas de nuestras estrategias de enseñanza son competitivas. Y es muy factible que las situaciones competitivas produzcan conflictos.

Ahora, esto no es necesariamente malo. El conflicto, como se dijo en capítulos anteriores, es necesario para el crecimiento. Y ya que nuestra cultura indudablemente se basa en la competencia, generalmente creemos que los estudiantes necesitan aprender a competir para desenvolverse bien en lo que nosotros llamamos la vida real. Sin embargo, para que el conflicto lleve a un crecimiento, debe responderse a él de manera creativa, de manera que todos ganen. La competencia, debido a su naturaleza, lleva a un resultado de ganador y perdedor. En cuanto a la noción de preparar a los estudiantes para la vida, considere lo siguiente:

Los psicólogos Linden Nelson, Spencer Kagen, y Millard Madsen dirigieron una serie de experimentos para evaluar la habilidad cooperativa de los niños. La mayoría de las tareas les exigían a ellos que cooperaran para ganar premios. Los sujetos de la investigación eran niños de los Estados Unidos y México, de cinco a diez años de edad, de sitios rurales y urbanos.

Los niños angloamericanos se ubicaron en un rango bajo de habilidades y disposición para cooperar en casi todos casos. Los niños mayores, de hecho estaban tan condicionados a pensar competitivamente, que ni siquiera lograban pensar cooperativamente, aún cuando hacerlo fuera para su mayor beneficio.

Pero había más que una simple falta de habilidades de cooperación. Después de observar un experimento donde se les dieron a los niños las opciones de tomar o no tomar juguetes de sus oponentes, Nelson y Kagen concluyeron, "los niños

angloamericanos no sólo son irracionalmente competitivos, también son casi sádicamente rivalizantes”. Al permitirles la opción, los niños angloamericanos tomaron los juguetes de los pares en el 78% de los ensayos, aunque no pudieran conservar los juguetes para ellos mismos. Observando el éxito de sus acciones, algunos de los niños se burlaban, “Ja! ¡Ja! Ahora no tendrás ni un juguete”.

¿Puede llamarse a eso preparar a los estudiantes para la vida? ...La competencia está tan completamente entrelazada con la cultura americana y el estilo de vida americano que varios mitos están sólidamente arraigados en nuestra forma de pensar. Pruebe el siguiente test. Usted podría sorprenderse.

**EJERCICIO:** Decida si usted piensa que cada declaración es verdadera o falsa.

1. La competencia en el aula construye el carácter.
2. La cooperación les da la oportunidad a los estudiantes perezosos de aprovecharse de los que trabajan duro.
3. La competencia construye confianza y autoestima.
4. En situaciones cooperativas, los estudiantes nunca tienen que desafiarse a sí mismos.
5. Los estudiantes necesitan aprender a competir en una sociedad competitiva.
6. La competencia a veces es apropiada en el ambiente escolar.
7. La competencia construye un deseo saludable de evitar el fracaso.
8. Los niños estarían mejor en ambientes cooperativos.
9. La cooperación fuerza la adaptación al grupo.
10. La cooperación en la clase lleva a menudo a mayores logros que la competencia.

Compare sus respuestas con las correctas:

1. **Falso.** No existe ninguna evidencia para apoyar la afirmación de que la competencia construye el carácter. Sin embargo, hay evidencia de lo contrario, como la presentada por Nelson y Kagen, discutida anteriormente.

2. **Falso.** La investigación sugiere que los estudiantes trabajan más duro en grupos. Mi propia experiencia confirma esto. Eso depende en parte, de cómo los estudiantes aprenden a trabajar en grupos. Puede enseñarse a los estudiantes a no permitir abusos de los compañeros.
3. **Falso.** La competencia sólo construye confianza cuando uno gana. En una situación competitiva, la mayoría de las personas no puede ganar. Además, la presión está en que el ganador debe seguir ganando.
4. **Falso.** Los estudiantes probablemente tomarán más riesgos y avanzarán más en un ambiente cooperativo y de grupo que en una situación competitiva que castiga el perder.
5. **Verdadero.** Los niños necesitan aprender a competir debido a que es casi imposible crecer en esta cultura sin aprender a competir. Por otro lado, la inmensa mayoría de las interacciones humanas son cooperativas. La competencia es, en realidad, una parte muy pequeña de nuestras interacciones.
6. **Verdadero.** Hay situaciones en las que la competencia refuerza el aprendizaje, particularmente el aprendizaje memorístico.
7. **Verdadero.** La competencia lleva factiblemente a un deseo de evitar el fracaso. La pregunta es si el fracaso es tan terrible. El fracaso es una parte importante del aprendizaje, pero las situaciones competitivas lo igualan con el perder. Thomas Edison tuvo que hacer quinientas pruebas antes de que tuviera éxito inventando el bombillo eléctrico. En otras palabras, él "perdió" quinientas veces.
8. **Verdadero.** Si se les da la opción, probablemente los estudiantes escogerán una situación de aprendizaje cooperativa, particularmente si ellos ya han estado en una.
9. **Falso.** La única adaptación requerida en una situación cooperativa es la de metas mutuas. El cómo alcance el grupo las metas y las contribuciones que cada persona hace dependen de los individuos del grupo. El que la adaptación se vuelva un problema depende de cómo se les enseña a los niños a trabajar en equipo.
10. **Verdadero.** Ni la competencia ni la cooperación garantizan la lucha por obtener la excelencia, pero es más probable que la cooperación motive esto.

## **FORTALECIENDO LA COOPERACIÓN**

Hay tres pasos involucrados en reducir la competencia y estimular la cooperación:

1. Cambiar las prácticas del aula y construir un sentido de comunidad.
2. Enseñar a los niños habilidades de cooperación.
3. Usar estrategias de aprendizaje cooperativas.

Hay dos ventajas para usted cuando enseña cooperación. Una es que a menudo el rendimiento académico aumenta cuando se usan actividades cooperativas de manera apropiada. La otra ventaja es una que noté rápidamente cuando comencé a usar en mi propia aula juegos y actividades cooperativas: había muchos menos conflictos y, en los casos en que estos se presentaran, había más disposición para buscar soluciones creativas a ellos, bajo el esquema de que “todos ganan”.

El cambio de prácticas del aula significa simplemente que se establezcan rutinas y procedimientos que estimulen y recompensen la cooperación. En la República Popular de China, la ropa de los niños generalmente se abotona en la espalda. Así, los niños deben ayudarse a vestirse y a desvestirse. Aunque algunos de nosotros podemos sentirnos incómodos con ese ejemplo, el punto vale la pena: si usted quiere que los niños se ayuden, déles las oportunidades para hacerlo. Por ejemplo, cuando yo enseñé en el jardín infantil, los zapatos desatados eran una de las desdichas de mi existencia. (Las chaquetas de invierno eran la otra). Me fastidiaba atar los cordones de los zapatos. Finalmente, se me ocurrió hacer que los niños que sabían atar los cordones de los zapatos lo hicieran. No sólo ellos eran más pacientes que yo, sino que lo disfrutaban más.

Veamos otro ejemplo. Todo maestro ha experimentado la frustración de pararse ante una clase llena de manos levantadas o una fila de niños en sus pupitres, donde todos tienen una pregunta. ¿Por qué no pueden ayudarse entre ellos? Si a usted le

preocupa el que ellos simplemente se darán una respuesta – es una preocupación legítima - entonces enséñeles que ayudar es diferente a simplemente dar respuestas. Enséñeles que ayudar es explicar las instrucciones, ayudar a alguien a descifrar una palabra enigmática, y así sucesivamente.

Dar respuestas realmente no ayuda a nadie. (Un maestro que conozco ha puesto una regla que dice que los estudiantes no pueden pedirle ayuda hasta que le hayan preguntado a todos en su equipo de cuatro integrantes). Llevando esto más allá, muchos maestros han tenido gran éxito con programas de “compañeros de clase como tutores”. Muchos niños aprenden mejor de otros niños que de los adultos. Los compañeros tutores no necesitan ser los mejores en un asunto particular. Si un niño entiende una división larga, entonces él o ella normalmente pueden enseñar a hacer divisiones largas.

Deles un poco de entrenamiento a los tutores en técnicas de instrucción eficaces, enfatizando nuevamente que dar respuestas no es enseñar y, pronto usted tendrá una clase llena de asistentes. Luego, cuando un niño venga hacia usted necesitando ayuda respecto a términos del vocabulario o sobre cómo usar el diccionario o sobre cómo hacer multiplicaciones, usted puede preguntar por un tutor voluntario para esta tarea específica. (Desde luego, no todos los tutores tienen la capacidad para enseñar un asunto particular y algunas combinaciones de tutores y aprendices son malas. Use su criterio).

Los maestros me preguntan menudo, "¿No se aburrirán los niños de la cooperación si yo la uso demasiado?" Eso depende de lo que se considere demasiado. Usted no necesita insistir en ella, pero tampoco debe tener miedo de señalar las conductas cooperativas cuando ocurran. Después de todo, no dudamos en decirle a un estudiante que él o ella hicieron algo "por sí mismo". Hay también múltiples oportunidades en las aulas para decir, "lo hicimos juntos" o, "hicieron un buen trabajo al cooperar". No permita que se le pasen estas oportunidades.

La forma más básica de estimular un sentimiento de comunidad en un aula es desarrollar proyectos en los que el grupo entero pueda contribuir. No hay nada nuevo sobre esta idea. Los proyectos pueden ser los mismos que usted hizo cuando estaba en la escuela elemental. Pueden ser tan simples como pintar un mural en grupo o cocinar galletas, o tan sofisticados como realizar una obra de teatro o publicar un periódico.

Estas clases de proyectos pueden convertirse en el núcleo de los recuerdos de su aula, preferidos por los niños. Abórdelos con entusiasmo y observe cuidadosamente para ver que todos se sientan incluidos e importantes para el proyecto de alguna manera.

Las descripciones de las actividades se agrupan en este capítulo bajo los siguientes títulos:

Juegos cooperativos.

Actividades de cooperación.

Aprendizaje cooperativo.

## **JUEGOS COOPERATIVOS.**

Una buena manera de construir un sentimiento de comunidad y darles a los niños una oportunidad relajada e informal para practicar las habilidades de cooperación es a través de los juegos cooperativos. En los últimos años, los juegos cooperativos se han puesto de moda. Muchas personas han descubierto que los juegos no involucran necesariamente el competir y que las personas pueden jugar juntas en lugar de jugar contra los demás.

Los juegos cooperativos son grandes diversiones y, como juegos, no necesitan ninguna otra justificación. Sin embargo, también son una manera espléndida de enseñar

habilidades de cooperación. Hay tres cosas que pueden decirse de un juego cooperativo bueno:

1. Todos ganamos. Nadie se señala como el perdedor.
2. Nadie se sienta a un lado. Todos podemos jugar.
3. El grupo se desafía para trabajar juntos.

Los juegos cooperativos no necesariamente necesitan reemplazar los competitivos (aunque yo ya no involucro a mis estudiantes en ningún juego de este tipo). Los niños pueden disfrutar los juegos cooperativos y también pueden jugar béisbol, fútbol, y así sucesivamente. Yo veo juegos cooperativos como una manera de asignarle el mismo tiempo a la otra perspectiva - la cooperación.

### **HACER FILA**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Ésta es una actividad cooperativa muy básica. Empiece haciendo que el grupo (o grupos de cinco a diez) hagan una fila. Luego, sin hablar, hágalos hacer la fila más corta que puedan; luego, la más larga.
2. Continúe haciendo que los estudiantes se coloquen en una fila de el más bajo al más alto. Nuevamente, deben hacer todo esto sin hablar.
3. Existen variaciones más desafiantes: una fila según el orden de cumpleaños, o del mayor al menor, o del que tiene los pies más pequeños al que los tiene más grandes - todo sin hablar.

**DISCUSIÓN:**

¿Cuál fueron las tareas más fáciles? ¿Las más difíciles? ¿Por qué?

¿Qué problemas encontraron?

¿Cómo afectó la regla de no hablar la manera en que trabajaron los grupos?

¿Cómo habrían cambiado las cosas si se hubiera permitido hablar?

## **PUENTES**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

### **PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que compañeros de igual tamaño aproximadamente se paren cara a cara a una distancia de 40 centímetros. Deben levantar las manos a la altura de los hombros con las palmas hacia el compañero.
2. Los jugadores se dejan caer simultáneamente hacia adelante, cogiéndose y apoyándose con sus manos. Ahora, están formando un puente.
3. Empujando cada compañero hacia atrás, los jugadores vuelven a sus posiciones originales. Luego, cada jugador se mueve hacia atrás 5 centímetros, y el juego continúa como antes.
4. El objetivo siempre es que los jugadores se cojan y se apoyen mutuamente cuando se dejan caer. Pueden hacerse tan lejos como les sea cómodo.

A pesar de la apariencia de peligro, este juego no ofrece casi ninguna oportunidad para que alguien se lesione. Sin embargo, vigile la situación.

## **TORMENTA**

**GRADOS:** De kinder a 5°.

### **PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que los niños se organicen por parejas (de a dos). Se vendan los ojos de uno de los compañeros y el otro suavemente lo lleva a través de una tormenta imaginaria, encima de acantilados, por arroyos helados, alrededor de barrancos, y pasando cualquier otro obstáculo imaginario que usted ponga.

2. Enfatice siempre a los guías que deben guiar a los compañeros de manera gentil y considerada.

Con niños menores, usted puede omitir la venda y simplemente hacerlos cerrar los ojos.

### **TAXI!**

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Los estudiantes trabajan en grupos de tres. Dos de los niños forman un asiento con sus manos, y el tercero brinca abordo del asiento del taxi.
2. Deben vendarse los ojos de los dos estudiantes que forman el asiento del taxi o simplemente deben cerrar sus ojos. Luego, el pasajero les da instrucciones sobre donde quiere ir. Pruebe esto primero en un espacio abierto; luego agregue obstáculos.
3. Después de unos minutos, el pasajero debe volverse parte del taxi y debe darle una oportunidad a otro miembro del trío para montarse.

### **SILLAS MUSICALES COOPERATIVAS**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**MATERIALES:** Sillas y una fuente de música.

**PROCEDIMIENTO:**

1. En esta versión de sillas musicales, todo el grupo gana o pierde. Prepare una silla menos que el número de jugadores, así como en la versión tradicional.
2. Toque música, y deténgala inesperadamente. Todos intentan obtener un asiento. El grupo es responsable de que todos tengan un lugar para sentarse, aunque sea sobre las piernas de alguien. Empiece la música de nuevo y quite una de las sillas. Nadie es eliminado.

3. Continúe tocando la música, deteniendo la música y eliminando sólo sillas mientras avanza. Sin embargo, todos se sientan en las sillas que queden y todos son responsables de ayudar a los otros a sentarse. Si alguien se cae, el grupo pierde y debe empezar de nuevo.

### **LA GENTE DE LA MONTAÑA**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Ésta es una versión cooperativa de rey de la montaña, el juego tradicional en el que una persona intenta mantener a todos los demás fuera de una colina o pendiente. El objetivo aquí es mantener a tantas personas como sea posible sobre la colina o pendiente, sin que nadie se caiga. Si no hay ninguna colina o una pendiente disponible, una caneca, una silla, o un pupitre muy bajo servirán.

### **SENTARSE EN LAS PIERNAS**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que los estudiantes formen un círculo hombro a hombro. Haga que todos se volteen hacia a la derecha y luego den un paso lateralmente hacia el centro del círculo para cerrarlo un poco (para apretarlo).
2. Cuando todos se aprieten juntos en un círculo más firme, dé instrucciones para que se sienten a la cuenta de tres. Cada jugador se sienta en las piernas del jugador detrás de él.

## LA SOGA DE LA PAZ

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**MATERIALES:** Una sogla larga, atada para formar un círculo grande.

**PROCEDIMIENTO:** Haga un círculo con la sogla. Haga que los estudiantes se sienten alrededor y sostengan la sogla. Explíqueles que el objetivo del juego es que todos los miembros del grupo se levanten a la vez tirando de la sogla. Si cualquiera se cae, el grupo pierde. Cuente hasta tres y diga, ¡Ya! " (Es más difícil de lo que parece!).

## LA TELARAÑA

**GRADOS:** De kinder a 3°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que algunos estudiantes se tomen de las manos en filas de cuatro o cinco. Éstos son las telarañas. Debe haber un niño extra para cada telaraña. Éstos son las moscas.
2. Las telarañas cazan a las moscas. Cuando el principio o el extremo de la telaraña toca a la mosca, la mosca es atrapada y la telaraña se envuelve a su alrededor. Ahora la mosca es parte de la telaraña.
3. La última persona de la telaraña se suelta, y se vuelve la mosca.

## INVENTANDO JUEGOS

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Los niños disfrutan inventando juegos nuevos. Inventar un juego cooperativo es un ejercicio maravilloso para construir el sentido de comunidad. Las pautas enumeradas al principio de esta sección son un buen punto para empezar. Plantean los elementos básicos del tipo de juego que se quiera, uno donde todos puedan participar y puedan divertirse. Los creadores del juego deben contestar las siguientes preguntas (aunque no necesariamente en este orden):

- ¿Qué materiales usaremos en nuestro juego?
- ¿Cuál es la meta de nuestro juego?
- ¿Qué deben hacer los jugadores para alcanzar la meta?
- ¿Cómo cooperarán los jugadores?
- ¿Estaremos todos involucrados?
- ¿Es el juego interesante y divertido?
- ¿Ganaremos todos?

Según mi propia experiencia, una vez que los niños han jugado juegos cooperativos y se han familiarizado con su funcionamiento, realmente necesitan muy poca ayuda para desarrollar juegos nuevos. Con los niños mayores que podrían querer ser más sistemáticos sobre el diseño de los juegos, hay cuatro principios o metas aplicables a los juegos cooperativos:

1. Acabar simultáneamente: Todos los jugadores hacen el movimiento final al mismo tiempo.
2. Manipulación coordinada: Todos los jugadores coordinan el tiempo y los movimientos con otros miembros del grupo para que haya un patrón fluido y continuo de manipulación.
3. Rotación: Cada jugador tiene su turno en una secuencia y es responsable de un paso indispensable hacia la meta final.
4. Puntaje predeterminado: Los jugadores combinan sus esfuerzos para alcanzar un puntaje fijo.

“Estatuas y globos” (a continuación) es un juego con puntaje predeterminado, desarrollado por un grupo de jardín infantil que yo tuve hace unos años.

## ESTATUAS Y BOMBAS (GLOBOS)

**GRADOS:** De kinder a 3°.

**MATERIALES:** bombas para inflar (globos).

**PROCEDIMIENTO:** Haga que los niños tiren bombas infladas al aire mientras usted cuenta a un ritmo sostenido. Deben intentar pegarle a los globos sólo cuando usted cuenta. El objetivo es que el grupo alcance cincuenta puntos. Si alguien falla, el grupo debe ponerse como “estatuas” hasta que todos los globos lleguen al suelo. Luego, vuelven a empezar desde uno. El juego puede hacerse más difícil acelerando o retardando el conteo.

## HACIENDO JUEGOS NUEVOS CON JUEGOS VIEJOS

**GRADOS:** De 4° a 6°.

**MATERIALES:** Tableros de juegos viejos, materiales del juego (dados, marcadores, tarjetas, calcomanías o pegatines).

**PROCEDIMIENTO:**

1. Divida el grupo en equipos de cuatro. Dele un tablero de un juego viejo a cada equipo y ponga los materiales del juego donde sean accesibles a todos los grupos.
2. La tarea de cada grupo es tomar la tabla del juego y los materiales que necesiten e inventarse un juego cooperativo. No están limitados por ningún aspecto del juego viejo: pueden hacer cualquier cambio que deseen en las reglas y en el tablero.
3. Cuando terminen, el grupo debe escribir las nuevas reglas del juego claramente, y debe dárselo a otro grupo para probarlo.

**DISCUSIÓN:**

¿Cuál es la meta del juego nuevo?

¿Qué principios de juego usaron?

¿Cuál fue la parte más difícil para diseñar un juego nuevo?

## **ACTIVIDADES DE COOPERACIÓN.**

Estas actividades involucran su esfuerzo consciente para enseñarles a los niños cómo trabajar juntos. La mayor parte son actividades de proceso, sin relación con las materias académicas. Esto libera a los niños de la ansiedad de obtener respuestas correctas y les permite concentrarse en las habilidades del proceso grupal implicadas. Una vez ellos hayan dominado estas habilidades, están listos para trabajar cooperativamente en las áreas académicas.

Yo siempre empiezo la enseñanza de habilidades de cooperación haciendo que los niños trabajen en grupos de dos y luego de tres, de cuatro, y más a medida que transcurre el año y aumenta su habilidad. También mezclo los grupos para que los niños frecuentemente estén trabajando con compañeros nuevos.

A medida que los estudiantes participan en sus grupos, usted debe caminar por el salón observando cómo trabajan juntos. Intente encontrar fortalezas y debilidades para señalar más tarde durante las discusiones. Es muy probable que surjan conflictos durante el trabajo en grupos. Ayude a los grupos a resolverlos y señale cualquier resultado positivo que derive de los conflictos. Luego, anime a los niños para que sigan con la tarea.

Aprender a cooperar toma tiempo y, al principio, el éxito en una actividad de éstas no necesariamente lo implica en otra, sobre todo con niños pequeños. Sin embargo, eventualmente lo conseguirán. Usted puede tener una experiencia similar a la mía: Un día cuando yo estaba enseñando en el jardín infantil, dos niños me mostraron un rompecabezas difícil que habían completado. Cuando yo los felicité, uno de los niños me aseguró, "fue pan comido. Nosotros cooperamos".

## LA CONFORMACIÓN DE GRUPOS O EQUIPOS

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Use lo que yo llamo el método del corral: escoja animales (el número de animales que usted escoja depende de cuántos grupos quiere y qué tan grandes quiere que sean) que hagan sonidos distintivos, como patos, perros y gatos. Susúrrele al oído el nombre de un animal a cada estudiante. El estudiante debe encontrar a los otros de su grupo haciendo el sonido respectivo.
2. Saque los nombres de una bolsa. Diga, "el grupo uno serán Sandra, Miguel, Alex y Daniel. El grupo dos serán.....", etc.
3. Tome un naipe y decida cuántos grupos necesita. Si quiere cinco grupos, saque todos los ases, dos, tres, cuatros, y cincos. Júntelos y baraje bien. Haga que los niños saquen de la baraja y luego diga: "Todos los ases aquí; todos los dos aquí", y así sucesivamente. (Obviamente, este método asigna grupos de cuatro).

## EL TÓTEM

**GRADOS:** De kinder a 2°.

**MATERIALES:** Cajas, pintura, pegante, materiales de residuo ( trozos del papel, tubos de cartón, telas, bobinas, espuma, etc.).

**PROCEDIMIENTO:**

1. Divida a los niños en grupos de tres o cuatro. Dé una caja de cartón a cada grupo. El grupo debe decidir qué color o colores usar para pintar la caja.
2. Cuando las cajas se hayan secado, reparta el pegante y los demás materiales. Haga que cada grupo decida cómo harán una cara en la caja y cómo la adornarán. Cuando lo hayan decidido, pueden empezar a trabajar.

3. Cuando todos los grupos terminen, apile las cajas, de la más grande a la más pequeña, para hacer un tótem.

#### DISCUSIÓN:

¿Qué parte del proyecto les gustó más?

¿Cómo decidieron lo que su grupo haría?

¿Tuvieron problemas en su grupo? ¿Cómo los resolvieron?

Usar fotos de tótem reales refuerza este proyecto y le da ideas a los niños.

### **PALILLOS**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**MATERIALES:** Palillos (aproximadamente mil para veinte estudiantes).

#### **PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que los estudiantes trabajen en parejas la primera vez que hagan esta actividad. Dele aproximadamente cincuenta palillos a cada pareja.
2. La tarea para los niños es hacer algún tipo de creación con sus palillos. Cualquier cosa es aceptable, un diseño o figura, un cuadro, una escultura o cualquier cosa que ellos propongan. Las únicas reglas son que cada persona tiene una oportunidad para ayudar a decidir lo que harán y que cada persona tiene una oportunidad para ayudar a hacerlo.
3. Después de más o menos quince minutos, haga que todos paren. Dele una oportunidad a todo el grupo de caminar por el salón y ver lo que todos han hecho.
4. Repita esta actividad varias veces en diferentes ocasiones. Cada vez, aumente el número de estudiantes por equipo.

**DISCUSIÓN:**

¿Cómo decidieron qué hacer?

¿Qué problemas encontraron para decidir? ¿Cómo los resolvieron?

¿Qué problemas tuvieron con los materiales? ¿Cómo los resolvieron?

Si los estudiantes usan pegante para pegar los palillos a unas bases de cartón, las creaciones pueden hacerse permanentes.

**FABRICAR UN MONSTRUO**

**GRADOS:** De kinder a 4°.

**MATERIALES:** Papel, lápices y tijeras.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Haga que los estudiantes trabajen en grupos pequeños. La tarea es fabricar un monstruo. Sólo hay dos reglas, y son (a) que cada persona tiene una oportunidad para ayudar a decidir lo que harán y (b) que cada persona tiene una oportunidad para ayudar a hacerlo.
2. Además de hacer el monstruo, el grupo debe nombrarlo y debe inventar un poco de la historia de su vida. Cuando todos los grupos hayan terminado, hágalos compartir sus monstruos y sus historias.

**DISCUSIÓN:**

¿Qué problemas tuvieron para trabajar juntos?

¿Cómo los resolvieron?

Los niños mayores pueden diseñar y hacer un monstruo más grande y usar una variedad más sofisticada de materiales.

## EL MONSTRUO DE PALILLOS COMO MODELO

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**MATERIALES:** Ver procedimiento.

**PROCEDIMIENTO:** El formato básico de las actividades con palillos y hacer monstruos puede adaptarse a cualquier clase de materiales que usted tenga a la mano. Siempre explique el objetivo de la actividad y las reglas del juego claramente:

1. Todos ayudamos a tomar decisiones.
2. Todos ayudamos a construir el proyecto.

Algunas asignaciones que yo he encontrado exitosas son:

Hacer un rompecabezas con cartón, lápices o marcadores y tijeras.

Hacer inventos de juguetes para pensar.

Hacer esculturas de arcilla.

Hacer esculturas de materiales desechables.

Hacer un mural (por ejemplo , relacionado con estudios de sociales o de ciencias).

## LOGRAR UN CONSENSO

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Escriba la palabra "consenso" en el tablero. Explique que hay consenso cuando un grupo toma una decisión que es aceptable para todos, aún cuando no sea la primera opción de todos.

2. Haga una lluvia de ideas con el grupo, para hacer una lista de veinticinco o más posibilidades de paseos. Luego, haga que cada persona apunte los cinco paseos de la lista que a él o a ella le gustaría hacer.
3. Ponga a los estudiantes en grupos de tres. Haga que propongan una lista de cuatro paseos que les gustaría hacer a todos.
4. Combine los grupos de manera que queden de seis. Estos grupos deben escoger dos viajes por consenso.
5. Estos grupos deben informar luego al grupo entero. Combine las listas y haga que todo el grupo llegue a un consenso (La continuación lógica de este proceso sería hacer el paseo).

#### DISCUSIÓN:

¿Qué problemas tuvieron para llegar al consenso?

¿Cómo llegaron al consenso? ¿Cuáles fueron las razones para sus opciones?

### **LAS PALOMAS DE LA PAZ, COOPERATIVAS Y COMPETITIVAS**

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Muchas hojas de papel reciclable.

#### **PROCEDIMIENTO:**

1. Enséñeles a los niños cómo hacer palomas de origami, usando las instrucciones ilustradas en las páginas siguientes. Permítales practicar haciendo unas palomas y explique la leyenda japonesa según la cual, si uno hace mil palomas de papel se le cumplirá un deseo. Dígales que el grupo intentará hacer mil palomas de papel para ver lo que pasa.
2. Haga un concurso para ver quién puede hacer más palomas en veinte minutos. Cuando el tiempo pase, felicite al ganador y cuente las palomas que hizo todo el grupo en conjunto. Señale que falta mucho para llegar a mil.

3. Agrupe a los estudiantes de a cuatro y dígales que sería interesante ver si hacen palomas más rápido cuando cooperan. Deles veinte minutos a los grupos para hacer palomas. Luego, detenga la actividad y cuente todas las palomas hechas.
4. El grupo todavía estará lejos de llegar a mil, así que pegue las palomas hechas a una cartelera, y reparta trozos de papel y alfileres para que los estudiantes hagan más palomas para agregar a la cartelera.

Si lo desea, reflexione con sus alumnos acerca de la paloma como “el símbolo de la paz”.

¿Por qué creen que sea así?

¿Les parece adecuado el símbolo?

¿Qué otros símbolos de la paz podrían proponer?

Se puede realizar la actividad de “dibujar símbolos de la paz” inventados por los estudiantes, exponerlos ante el grupo y pegarlos luego en una cartelera.

#### DISCUSIÓN:

¿Cuáles son algunas de las diferencias entre la cooperación y la competencia?

¿Cuándo se podría usar lo uno o lo otro?

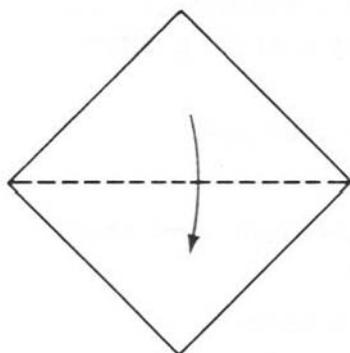
### **HACER UNA PALOMA DE ORIGAMI**

Guiándose con los dibujos en las página posteriores a las instrucciones, lleve a cabo los siguientes pasos:

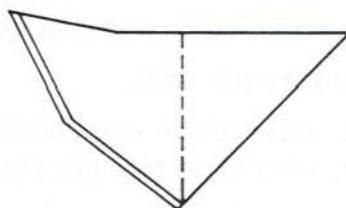
1. Tome un pedazo cuadrado de papel blanco delgado, o del mismo color por ambos lados, y dóblelo a la mitad.
2. Dóblelo de nuevo a la mitad.

3. Dóblelo de nuevo a la mitad, y desdóblelo.
4. Abra una de las puntas A de la hoja y llévela a la punta B.
5. Repita el paso 4 en el otro lado para crear un cuadrado.
6. Doble los bordes externos para que los lados queden a lo largo de la línea central, y luego desdóblelos. Doble la parte superior hacia abajo para hacer un pliegue, y luego desdóblela.
7. Levante la punta C y dóblela a lo largo de la línea D y E, para que los bordes del papel queden en la línea del centro.
8. Doble las otras puntas hacia adentro, para formar un rombo, y luego desdóblelo.
9. Doble las partes de encima sobre las líneas punteadas mostradas en 8 para que los puntos F y G se encuentren en la línea del centro.
10. Doble el papel hacia el centro en ambos lados. Doble las puntas a lo largo de las líneas punteadas, y desdóblelas.
11. Despliegue la punta H para formar el cuello. (Dóblele la punta hacia abajo para formar la cabeza). Despliegue el punto I para formar la cola.
12. Extienda los otros dos extremos flexibles para hacer las alas, y sopla aire en el agujero de abajo para llenar el cuerpo.
13. Su palomita estará terminada.

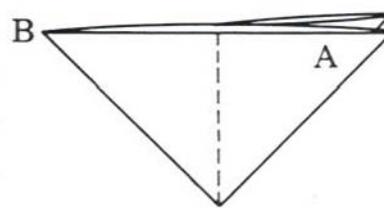
1



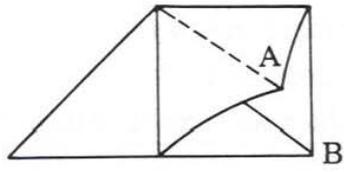
2



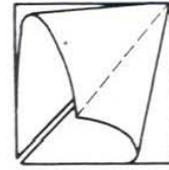
3



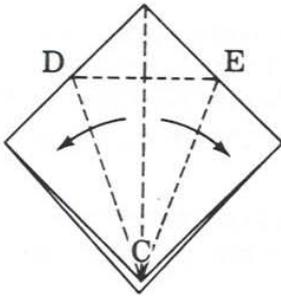
4



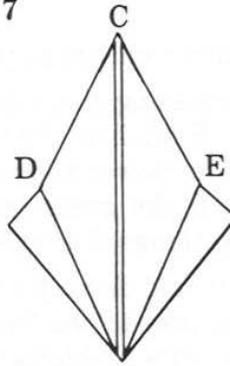
5



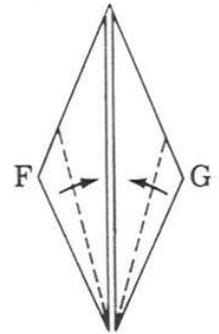
6



7



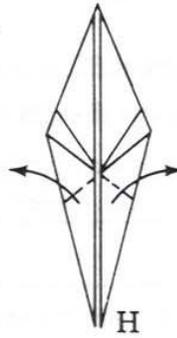
8



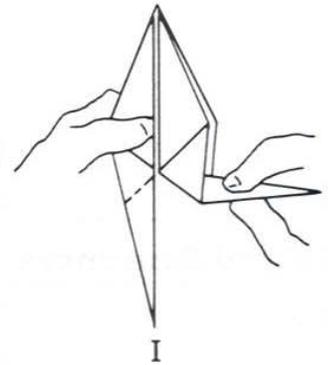
9



10



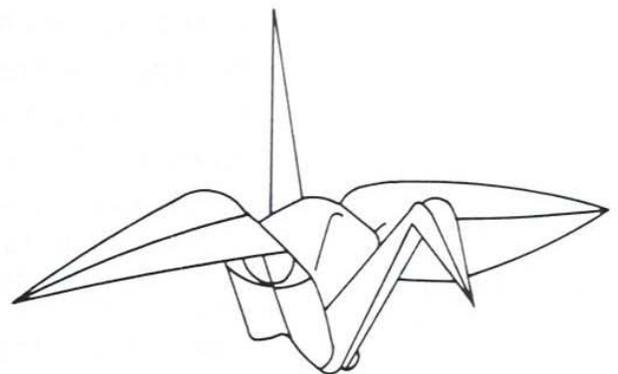
11



12



13



## BESOS

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**MATERIALES:** Besos de chocolate u otros dulces pequeños, o uvas, maní o pasas.

**PROCEDIMIENTO:** El objetivo de esta actividad es demostrar que a menudo competimos, incluso cuando va en contra de nuestros intereses. En esta actividad, no está contra las reglas permitir que las manos toquen el pupitre sin resistencia - pero no se lo diga a los niños.

1. Haga que los estudiantes escojan compañeros y se pongan en posición de "lucha de pulso" (con los brazos); sin embargo, no use el término de lucha de pulso, porque denota competencia. Si los niños usan el término, diga que la posición es la misma, pero las reglas son diferentes.
2. Una vez todos estén en posición, explique las reglas:
  - No pueden hablar.
  - Recibirán un beso de chocolate cada vez que la parte de atrás de la mano de su compañero toque el pupitre.
  - Deben llevar la cuenta de sus propios besos de chocolate.
  - Diga "¡Empiecen!" y deles treinta segundos de juego.

Los estudiantes invariablemente compiten en esto. Detenga el juego después de treinta segundos y realice la discusión planteada abajo. Luego repita cooperativamente por quince segundos.

### DISCUSIÓN:

¿Por qué compitieron automáticamente?

¿Cuál era el objetivo del juego?

¿Acaso el hecho de que la otra persona gane besos de chocolate significa que tu los perdiste?

¿Qué ganaron al trabajar cooperativamente?

¿Hay otras situaciones en las que competimos sin pensar?

### A BORDO DE LA SANTA MARÍA

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Esta actividad ofrece una oportunidad para practicar el consenso.

1. Repase el significado de consenso: Haga que los estudiantes trabajen en grupos de tres o cuatro. Explíqueles que cada grupo tiene una oportunidad para ir a bordo de la Santa María ( una de las carabelas de Colón ) y visitar el Nuevo Mundo. Ya que la Santa María es pequeña, cada grupo sólo puede llevar diez cosas a bordo, y deben ser cosas que existían en 1492.
2. Los grupos deben desarrollar una lista por consenso de las diez cosas que les gustaría llevar al Nuevo Mundo. Haga que los grupos lean sus listas en voz alta y discuta con el grupo los problemas que se les presentaron en el proceso.

#### DISCUSIÓN:

¿En qué artículos pudieron ponerse de acuerdo fácilmente?

¿Qué criterios usaron para escoger las cosas? (A menudo, no usan ningún criterio).

¿En qué artículos fue difícil ponerse de acuerdo?

¿Cómo resolvieron las discordancias?

El formato de esta actividad de supervivencia puede adaptarse a muchas escenas imaginarias diferentes, por ejemplo, una isla desierta, una nueva colonia planetaria o un bote salvavidas.

## FRASES PARTIDAS

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Cinco sobres para cada grupo, tarjetas con palabras (vea debajo).

**PROCEDIMIENTO:** Prepare sobres con tarjetas de palabras en ellos de la siguiente manera:

Sobre 1: Primavera, empezar, lectura, dentro, me, metió.

Sobre 2: Aquí, deslumbró, tener, golpeado, el, están, de, la.

Sobre 3: Es, El, empezar, leyendo, la, los, se, en.

Sobre 4: La luz del sol, ladrando, yo estoy, gato, casa, la.

Sobre 5: El, anhelante, perros, hacia, está, la.

Usted necesitará un juego de sobres, de uno a cinco, por cada grupo que esté jugando. Si no puede agrupar a los estudiantes exactamente en grupos de cinco, simplemente dele los cinco sobres a cada grupo de todas formas. El escribir todas las palabras de un grupo en tarjetas verdes, las de otro grupo en rojo y así sucesivamente ayuda. Esto hará más fácil para usted hacerle seguimiento a los materiales.

1. Distribuya los sobres a cada grupo. Explíqueles que cada grupo debe construir cinco frases completas sin hablar, gesticular o hacer señas de ninguna forma. La única manera de obtener una palabra necesaria es que la pase un miembro del grupo.
2. Haga que los grupos empiecen mientras usted circula como un observador. Interrumpa si ve violaciones de las reglas o señales de equivocaciones serias en el proceso. (En el último caso, señálele al grupo en la dirección correcta).
3. Las frases deben ser más o menos éstas:

La primavera está aquí.

La luz del sol me deslumbró.

Los perros están ladrando.

Yo estoy anhelante de empezar la lectura.

El gato se metió en la casa.

#### DISCUSIÓN:

¿Estuvieron pendientes si las personas de su grupo necesitaban ayuda?

¿Cómo se sintieron cuando alguien les ayudó? ¿No les ayudaron?

¿Qué aprendieron de esta actividad?

### JUEGOS DE MISTERIO

**GRADOS:** De 2° a 6°.

**MATERIALES:** Tarjetas de pistas (vea abajo).

**PROCEDIMIENTO:** Los juegos de misterio requieren que los equipos de estudiantes reúnan información y encuentren una respuesta predeterminada a un misterio. Pueden orientarse los juegos de misterio hacia un proceso o materia académica específica y puede involucrarse al grupo entero o a grupos pequeños. En general, es mejor empezar con grupos pequeños. En todo caso, el procedimiento es el mismo:

1. Distribuya pistas escritas en tarjetas de cartulina.
2. Cada niño debe tener una pista. Si no hay suficientes pistas, divida el grupo en dos o más grupos, o agregue pistas "de relleno" ( dan información irrelevante para el caso). Si hay pistas extra, dele a algunos estudiantes más de una.
3. Explíqueles, "cada uno de ustedes tiene una pista que puede ser o no ser útil para resolver el misterio. Consideren toda la información, e intenten llegar a un consenso para encontrar la respuesta. No pueden mostrarle su tarjeta a nadie más; sólo pueden leerla en voz alta.
4. Agregue cualquier instrucción o información de sustentación apropiada para el misterio específico que usted está usando.
5. Dígale al grupo que usted tomara el tiempo y hágales empezar. Usted puede ayudarles o no. Observe la interacción del grupo y note cuidadosamente las

conductas de colaboración y las que no lo son. Si se enredan de manera desesperada después de diez minutos, diríjalos en la dirección correcta. Si es necesario, guíelos a través del misterio y asegúreles que lo harán mejor a medida que resuelvan más misterios.

#### DISCUSIÓN:

¿Cómo manejaron el que todos hablaran al tiempo?

¿Cómo se organizaron?

¿Necesitaron un líder?

¿Se involucraron todos en la resolución del misterio?

¿Alguien no quiso compartir sus pistas?

Agregue sus observaciones a la discusión.

### CINCO DRAGONES MALOS

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Tarjetas de pistas (vea la actividad de juegos de misterio).

**PROCEDIMIENTO:** Vea las instrucciones de juegos de misterio, descritas anteriormente. Éste es un juego de misterio para el grupo entero.

Diga, "había una vez cinco dragones malos. Sus nombres eran Luqui, Meredith, Alex, Jimenina y Gong. Ellos habían capturado a la princesa Patty y la tenían como su prisionera atada de las muñecas y los tobillos con sogas. Ahora, ella ha escapado. Los dragones sospechan que los demás dragones la ayudaron. Su tarea es determinar cómo escapó Patty; quién la ayudó ( si fue alguno de ellos ) y por qué.

Reparta las tarjetas de pistas:

Luqui y Meredith escupen fuego.

Se encontraron escamas azules cerca de la estaca.

La princesa Patty había estado atada a la estaca durante veintiún días.

La princesa Patty estaba muy delgada.

Se encontraron escamas amarillas cerca de la estaca.

Alex y Luqui tienen escamas amarillas en su espalda.

Jimenina y Gong tienen escamas azules en su espalda.

Jimenina y Meredith acaban de regresar de su incursión diaria en un pueblo cercano.

No había nada quemado alrededor de la estaca.

Gong prefiere comerse a los campesinos gordos.

Se desataron todas las sogas menos una.

Una soga estaba cortada.

A Meredith y Luqui les gusta comer gente de la realeza.

A Alex le gusta quemar su comida hasta que esté tostada.

Jimenina devoraría cualquier cosa.

Se suponía que Luqui estaba haciendo guardia, pero se durmió.

Las garras de un dragón son tan afiladas como los cuchillos.

Los dragones se han comido a muchos príncipes y princesas en los últimos meses.

Si usted tiene más de veinte estudiantes, agregue pistas falsas, como:

Jimenina y Meredith trajeron oro y joyas.

Alex tiene miedo de que Patty vuelva con un ejército.

Las escamas de Meredith son filosas.

La solución al misterio es que Gong ayudó a la princesa Patty a escapar cortando una de sus sogas, porque él estaba cansado de comerse a las princesas flacas.

## **APRENDIZAJE COOPERATIVO**

El aprendizaje cooperativo tiene muchos beneficios para su aula. No sólo puede mejorar las relaciones y reducir los conflictos, sino que también puede estimular a estudiantes que antes eran indiferentes en las áreas académicas. Jean Piaget plantea que la interacción es un aspecto muy importante del aprendizaje y las investigaciones muestran que los niños en situaciones cooperativas de aprendizaje se desempeñan tan bien académicamente o mejor que los estudiantes en programas con ambientes de competitividad individual.

Quiero enfatizar que no estoy hablando sobre una opción de todo-o-nada. No es necesario hacer que los estudiantes cooperen todo el tiempo. De hecho, una mezcla sensata de enfoques de cooperación, individualismo, y competencia probablemente es la más eficaz.

Evalúe el aprendizaje cooperativo como lo haría con cualquier otro, por medio de la observación, la discusión, por medio de tests, con exámenes, etc. Los estudiantes que aprenden cooperativamente no tienen que presentar necesariamente sus exámenes en forma cooperativa. Aclare siempre que cada individuo es responsable de conocer todo el material de la clase.

## **PROCESO DE EVALUACIÓN**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Una vez que los estudiantes se acostumbran a trabajar en grupos cooperativos, usted no tiene que centrarse tanto en el proceso de trabajar en forma cooperativa, pero debe retomar el tema regularmente para ayudarle a los estudiantes a permanecer concientes de éste. E indudablemente, usted debe discutir el proceso siempre que surjan problemas. Algunas de las siguientes preguntas son útiles:

- ¿Qué aprendieron de esta actividad?
- ¿Cómo compartieron el trabajo?
- ¿Cómo compartieron las ideas?
- ¿Qué problemas surgieron, si es que hubo?
- ¿Cómo los resolvieron?

Los estudiantes mayores (en grados de 2° a 6°) pueden desarrollar una lista de chequeo para la evaluación de los procesos. Discuta qué conductas cooperativas podrían anotarse en una lista de chequeo y, luego, haga que los estudiantes trabajen en grupos para desarrollar la lista. Combine los resultados y reproduzca un formato o cuestionario que pueda usarse para evaluar la calidad de las habilidades del proceso grupal durante las actividades cooperativas.

## **COOPERACIÓN HISTÓRICA**

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Materiales de referencia (de consulta).

**PROCEDIMIENTO:**

1. Divida a los estudiantes en grupos. Asígnele a cada grupo un tiempo histórico y un lugar para investigar, como la antigua China, la civilización Inca precolombina, el renacimiento en Italia o un período que el grupo esté estudiando.
2. Haga que cada grupo investigue su período y descubra cinco ejemplos de cooperación entre las personas que vivían en ese tiempo. Éstos pueden presentarse al grupo a través de una variedad de medios que incluyen informes escritos u orales, modelos y carteleros.

**DISCUSIÓN:**

- ¿Cómo encontraron los ejemplos?
- ¿Qué ejemplos son similares a los actuales? ¿Diferentes?
- ¿Son algunos ejemplos más o menos cooperativos que otros?

## MISTERIOS RELACIONADOS CON LAS MATERIAS

**GRADOS:** De 1° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Éstos son juegos de misterio para grupos pequeños.

1. Para alumnos de 1° a 3<sup>er</sup> grado, diga, "¿qué personaje soy yo, y de qué libro?"

Deles las pistas:

Vivo cerca de un bosque.

Soy el personaje de un cuento.

Soy una niña famosa por mi vestido.

Mi abuelita en el cuento está enferma.

Mi madre me envía a llevarle comida a mi abuelita.

En el camino, me encuentro con un animal feroz.

La respuesta es "Caperucita Roja".

2. Para alumnos 3<sup>er</sup> a 4° grado, diga, "¿qué país es éste? ¿cuál es su capital?"

Deles las pistas:

Se localiza en Europa.

Le dio la Estatua de la Libertad a los Estados Unidos.

Es famoso por el buen vino y la comida.

Sus lugares famosos incluyen la Torre Eiffel y La Iglesia de Notre Dame.

Su idioma es similar al español en algunas palabras.

El país es Francia; su capital es París.

Otros temas de misterio incluyen:

- ¿Qué [ciudad, departamento, país]?
- ¿Qué personaje famoso [actual, histórico]?
- ¿Qué órgano del cuerpo?
- ¿Qué cuerpo celeste?
- ¿Qué número?
- ¿Qué [animal, planta, roca, dinosaurio]?

### **GRUPOS DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**

**GRADOS:** De kinder a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** Los grupos de resolución de problemas difieren de los juegos de misterio o los juegos de misterio relacionados con las materias en que no tienen ninguna respuesta predeterminada y normalmente no tienen una sola respuesta correcta. Sólo dele un problema a grupos o equipos pequeños para que lo resuelvan, y explíqueles las reglas de que (a) todos deben ayudar a tomar decisiones y (b) todos deben contribuir de alguna manera al producto final.

Esto deja todos los medios en manos de los estudiantes y establece una fuerte exigencia para los grupos. Use su criterio sobre si la clase está lista para esto o no. Supervise los grupos a medida que trabajan, para ayudarles con los problemas que surjan.

Aquí hay algunos problemas que usted podría presentarles:

- Hagan una lista de nombres de lugares que empiecen con cada letra del alfabeto.
- Diseñen un ..... mejor.
- Escriban una obra de teatro o una comedia breve con el formato de un cuento de hadas.

Desarrollen un gobierno democrático para un planeta utópico o perfecto.  
Escriban una historia que incluya todas las palabras de ortografía y vocabulario vistas durante la semana.

## ACTIVIDADES CON EL ALFABETO

**GRADOS:** De 2° a 5°.

**MATERIALES:** Escriba las letras del alfabeto de arriba hacia abajo, al lado izquierdo de la hoja, dejando en blanco el resto del renglón a la derecha.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Divida a los estudiantes en grupos. Dele una hoja con el alfabeto a cada estudiante. Dele un globo o bomba a inflar a cada grupo.
2. Pídeles que encuentren el nombre de un lugar con cada letra del alfabeto. Cada estudiante debe llenar su propia hoja, pero el grupo puede y debe trabajar en conjunto. A medida que los estudiantes escriban los nombres, deben agregar los siguientes símbolos:

continente	+
país	\$
departamento	/
ciudad o pueblo	*

3. Esta actividad puede adaptarse de varias maneras: los estudiantes pueden escribir y pueden investigar nombres de personas, títulos de libros, nombres de animales, palabras de cinco letras, y así sucesivamente. Ésta es una actividad muy relajante para el fin del día, la cual los niños realmente disfrutan.

**DISCUSIÓN:**

¿Cómo se distribuyó su grupo el trabajo?

¿Cuáles fueron las letras más difíciles de llenar?

## CADENAS DE PALABRAS

**GRADOS:** De 1° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Para esta actividad de construcción de vocabulario, los estudiantes deben trabajar en grupos de dos o máximo de tres – los grupos más grandes tienden a descontrolarse. En una hoja de papel, el primer estudiante escribe una palabra y luego pasa el papel y el lápiz al segundo estudiante.
2. El segundo estudiante escribe una palabra que empiece con la última letra de la primera palabra (por ejemplo, si la primera palabra fuera “animal”, la segunda podría ser “lámpara”) y se los pasa al tercer estudiante (si lo hay) o de nuevo al primero. El tamaño de la lista es variable. Empiece con veinte palabras.

Para los estudiantes mayores, agregue otro requisito. La palabra no sólo debe empezar con la última letra de la palabra anterior; sino que debe relacionarse de algún modo con el concepto de la palabra anterior, por ejemplo: avión, nubes, sol, luna.

## HISTORIAS DE GRUPO

**GRADOS:** De 3° a 6°.

**MATERIALES:** Lápices y papel.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Divida la clase en grupos de tres o cuatro. La tarea es que cada grupo escriba un párrafo que empiece una historia para la cual establece la escena, introduce dos personajes principales y plantea su problema. Los grupos tienen cinco minutos para hacer esto.
2. Después de cinco minutos, el párrafo se pasa al próximo grupo, que tiene cinco minutos para continuar la historia. Al final de este tiempo, la historia se pasa al

próximo grupo que también continúa el proceso y, finalmente, se pasa al próximo grupo, que tiene cinco minutos para proponer un final. El grupo que desarrolla el final debe leerle toda la historia a la clase.

#### DISCUSIÓN:

¿Qué papeles tuvieron los integrantes de su grupo en la realización de la tarea?

¿Todos tuvieron la oportunidad de contribuir de alguna manera?

¿Cuál fue la parte más difícil de esta actividad?

### CÍRCULOS DE GRAMÁTICA

**GRADOS:** De 2° a 5°.

**MATERIALES:** Un sobre para cada equipo, cada sobre contiene cinco círculos verdes, cinco círculos rojos y cinco círculos amarillos con las siguientes palabras escritas en ellos:

verdes: animales, corriendo, ella, pero, bonito.

rojos: teléfono, fluir, él, sobre, enfadado.

amarillos: radio, escuchar, yo, para, soleado.

#### PROCEDIMIENTO:

1. Dele un sobre a cada equipo. Alguien debe abrir el sobre y darle tres círculos, uno de cada color, a cada miembro del equipo. El objetivo es que cada miembro del equipo tenga tres círculos con la misma función gramatical en ellos: sustantivo, verbo, pronombre, adjetivo, preposición.
2. Las reglas son iguales que para la actividad de “frases partidas”. Nadie puede hablar, gesticular ni hacer ninguna señal. Los miembros del equipo deben estar atentos a cuándo alguien necesita un círculo en particular y, voluntariamente entregárselo.

Esta actividad es infinitamente variable. Puede usarse para cualquier actividad de categorización o clasificación.

### **COMPRAR DULCES**

**GRADOS:** De 2° a 4°.

**PROCEDIMIENTO:**

1. Describa a los niños la siguiente situación: Cinco amigos caminan hasta una máquina de dulces. La máquina no devuelve monedas; sólo acepta la cantidad exacta de la compra. La única manera de conseguir monedas es de los amigos.
2. Escriba en el tablero:

Todos los dulces cuestan cien pesos.

Marcos no tiene dinero.

Mireya tiene seis monedas de cincuenta pesos.

Lisa tiene cuatro monedas de quinientos pesos.

Cristina tiene 6 monedas de cien pesos.

Emilio tiene dos monedas de mil pesos.

3. Divida el grupo en equipos (de cinco, si es posible). Haga que cada grupo calcule cuántos dulces pueden comprarse, qué hacer con ellos cuando los compren, y qué hacer con la devuelta.

### **GRUPOS DE SIERRA (GRUPOS ENTRELAZADOS)**

**GRADOS:** De 4° a 6°.

**PROCEDIMIENTO:** El enfoque de sierra o grupos entrelazados (trabajo individual combinado con trabajo en equipos ) para el aprendizaje cooperativo fue desarrollado por el psicólogo Elliot Aronson y sus colegas. El proceso de agrupación por sierra

es algo similar al usado en los juegos del misterio. Las siguientes instrucciones le dan una idea general. Se supone que hay grupos de cinco (puede que sea necesario adaptarlos).

1. Escoja un tema específico, como la forma en que funcionan las Naciones Unidas.
2. Divida el tema en cinco segmentos, uno para cada niño del equipo. Según el ejemplo, un niño podría aprender sobre el funcionamiento de la Asamblea General, otro sobre la Secretaría, y así sucesivamente. Proporcione a cada estudiante el material que él o ella necesiten.
3. Cada estudiante es luego responsable de estudiar la información que recibió. Sin embargo, todos los estudiantes en el equipo son responsables de conocer todo el material. Esto implica que deben trabajar juntos, enseñarse mutuamente lo que saben, hacerse preguntas y ayudarse entre sí.
4. Al final de la lección (cuya duración puede variar), aplique a los estudiantes un quiz individual y bríndeles la respectiva calificación.

El enfoque de sierra tiene varias limitaciones: es difícil de usar con niños pequeños y es difícil de usar en algunas áreas académicas. Sin embargo, Aronson ha realizado investigación impresionante y convincente relacionada con el progreso académico e interpersonal de los estudiantes que usaron el enfoque de sierra.