

Resolem conflictes!



Objectius

- Conèixer les diferents opinions (saber què vol l'altre persona i explicar què és el que tu vols).
- Argumentar cada opinió (donar raons del per què voleu o heu fet tal cosa).
- Buscar diferents alternatives i solucions.
- Veure si hi ha alguna alternativa que satisfaci les dues parts, és a dir, trobar-ne una que ens faci arribar a un acord. Si s'arriba a un acord conjunt cal que es respecti i si no n'hi ha, cada un fa el que vol lliurement sense enfadar-se.

Material

- Fitxa de reflexió individual.
- Els passos per a l'entrenament de les habilitat de la resolució de conflictes i la negociació.
- Diferents escenes per representar. Programa de Competència Social de Manuel Segura (conselleria del Govern de Canàries) i el programa d'habilitats socials i autocontrol a l'adolescència de L'Arnold P. Goldstein.

Temps

Dues sessions d'una hora, aproximadament.

Metodologia

1. Introduir el tema amb la fitxa de reflexió individual i després col·lectiva "què passa amb els conflictes". Llegir unes frases i contestar si s'està d'acord o en desacord.
2. En petits grups discutir el que ha sortit en la vostra reflexió individual. Proveu d'arribar a consensuar entre tots una nova definició de conflicte.
3. Explicar els passos per aprendre l'habilitat.
4. Oferir a l'alumnat una sèrie d'escenes perquè la posin en pràctica i l'entrenin, tal i com suggereix el

Fitxa de reflexió individual

1. Què passa amb els conflictes?
 - Què és per a tu un conflicte?

2. Llegeix aquestes frases i contesta si hi estàs d'acord o en desacord:
 - Els conflictes són negatius i s'han d'evitar a qualsevol preu.
 - Es pot aprendre a resoldre els conflictes de manera constructiva.
 - La societat és múltiple, diversa, complexa, i el conflicte no sols és inevitable, sinó que pot ser útil i necessari.
 - Tot conflicte sempre acaba en comportaments destructius.
 - Només hi ha una manera de solucionar els conflictes.
 - El conflicte pot ser un element necessari pel canvi i pel creixement d'una persona d'un grup.
 - Una vida sense conflictes seria una vida feliç.
 - El conflicte pot ser el resultat de la interacció de persones amb diferents maneres de percebre i de veure el món.

3. Com resolem els conflictes...

Escriu tres conflictes que hagis tingut darrerament a casa, amb els amics o a la classe. Explica com els vas solucionar i si hi havia alguna altra manera de fer-ho.

 - Conflicte 1

Com el vaig resoldre

Altres possibles solucions

- Conflicte 2

Com el vaig resoldre

Altres possibles solucions

- Conflicte 3

Com el vaig resoldre

Altres possibles solucions

Passos a seguir en l'entrenament de la negociació

- Decidir si tu o l'altre persona teniu diferència d'opinions.
- Dir a l'altre persona el que penses i com et sents davant del problema en qüestió.
- Preguntar a l'altre persona el que pensa i el que sent al respecte.
- Escoltar atentament el que ens diu l'altre amb les orelles i també amb els ulls. Cal no oblidar que a través del llenguatge corporal comuniquem molt més que amb el verbal.
- Posat en el lloc d'aquesta persona i pensa per què se sent així. Si és possible, ocupa el lloc físic en el qual està aquesta persona.
- Pensar de quantes maneres diferents es podria arribar a un acord.
- Triar-ne una i suggerir-la, i arribar a un compromís.

Escenes a representar:

Aquestes escenes es poden practicar primer en petits grups i després mostrar-les davant de tota la classe, possibilitant així una reflexió de grup.

- ❖ Involuntàriament has trencat el compàs que t'acaba de deixar el teu company de taula. Ell està molt enfadat amb tu i t'acusa d'haver-lo trencat voluntàriament. Resol el problema.
- ❖ Estàs passejant amb un amic i us trobeu 50 euros. Els dos dieu que heu estat el primer a veure'ls. Resol aquest problema.
- ❖ La professora sospita que has copiat en un examen. Està molt enfadada amb tu. Saps que no vas copiar i et sap greu que t'acusin. Resol el problema.
- ❖ Els teus pares estan enfadats amb tu perquè creuen que no has fet totes les tasques que ells t'havien encomanat. Han decidit que no et deixaran sortir aquest cap de setmana. Aquest cap de setmana és molt important per a tu, celebren l'aniversari de la teva millor amiga i ella compta amb tu, ni li pots fallar. Resol el problema.
- ❖ Acaba d'arribar una factura desorbitant de telèfon. Els teus pares estan francament enfadats, has abusat de la confiança que et donen. Resol el problema.
- ❖ Has descobert que la teva millor amiga té problemes amb el menjar, fa veure que menja però realment ho llença. Li plantejges el que has vist i que necessita ajuda i et diu que si de debò ets la seva amiga li guardaràs el secret. Estàs en un carreró sense sortida. Resol el problema.
- ❖ Un matrimoni amb dos fills negocia com gastar 3000 euros que tenen estalviats. El pare és partidari de fer un viatge perquè creu que anirà bé a la família descansar i estar junts. La mare és partidària de gastar-los en un remodelament de la cuina que ajudarà a facilitar la preparació dels àpats

familiars. Els fills són partidaris de comprar un ordinador que els ajudarà en els seus estudis.

- ❖ Un adolescent negocia amb els seus pares l'horari de tornada a casa al vespre.
- ❖ Dues amigues es posen d'acord entre diferents activitats que poden fer aquell cap de setmana.
- ❖ Una adolescent negocia amb els seus pares la paga setmanal.
- ❖ Els pares de dos germans adolescents els informen que aquell vespre han de sortir, i un dels dos s'ha de quedar a casa cuidant dels seu germà petit. Els dos tenen plans per aquella nit.