

4.5

Conflicto de pareja: diferentes miradas

Introducción

El conflicto es parte de nuestra vida toda vez que estamos en contacto con otras personas que, igual que nosotros, tienen necesidades, posturas o maneras de pensar que pueden oponerse a la nuestra. Reconocer que el conflicto está presente, incluso, en nuestras relaciones amorosas, nos ayuda a llevar una vida más amable y a tener en cuenta que las necesidades de las personas son igualmente válidas a las nuestras. Es fundamental no confundir el conflicto con la violencia y tener claro que la intención de analizar el conflicto es evitar que surja la violencia, resolviendo las diferencias de manera pacífica.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes expresen su perspectiva respecto a un conflicto de pareja y cuál consideran que sería la perspectiva de otros.

¿Por qué es importante?

Porque les brinda herramientas para analizar los conflictos y resolverlos de manera pacífica.

Concepto clave

Asertividad.

Orientaciones didácticas

2 min. Grupal

Introducción para los estudiantes

- Solicite a los estudiantes que lean la introducción, la cita y “*El reto es*”.
- Si la actividad lo permite, pregunte al grupo si saben qué es un conflicto de pareja. Esto permitirá recuperar conocimientos previos.

8 min. Equipo

Actividad 1

Análisis de caso

Pida al grupo que se reúnan en tercias y que lean y analicen la historia que se presenta en su variación.

- Solicite que respondan y discutan las preguntas que se plantean e invítele a sentir empatía y a pararse desde la perspectiva de cada personaje para escribir sus conclusiones.

7 min. Equipo

Actividad 2

Práctica de un discurso asertivo para expresar opiniones.

- Oriente al grupo sobre la idea y la importancia de la asertividad.

Ciencias sociales

4.5

Conflicto de pareja: diferentes miradas

“Las parejas están más propensas a acusarse mutuamente que a pensar el conflicto como un problema que puede solucionarse”.

Antonio de Marina.

A menudo confundimos el conflicto con la violencia, pero ésta última puede llegar a ser el resultado de una mala resolución del conflicto, mientras que éste, si somos capaces de analizarlo y resolverlo adecuadamente, nos ayuda a crecer como seres humanos y a transformar nuestras relaciones para hacerlas constructivas.

Así es, en todas nuestras relaciones existe el conflicto, incluso con quienes más amamos; evitarlos no nos ayudará a mejorar las relaciones; resolverlos pacíficamente, dialogando, tomando acuerdos y comprometiéndonos a modificar nuestras actitudes, sí.

¿Tú cómo resolverías un conflicto de pareja?

El reto es expresar tu perspectiva respecto a un conflicto de pareja y cuál consideras que sería la perspectiva de otros.

Actividad 1.

a. En tercias, analicen el siguiente texto.

Historia de cupcakes

Del centro de este lío tremendo se desprende un delicioso aroma de arándanos horneados y de ralladura de coco. La casa de Alexa bien podría tratarse de alguna casa encantada de las películas y los cuentos que leímos en la infancia; pero no todo eran chispillas y espuma azucarada: Elmer se puso bastante celoso cuando descubrió que los panecitos eran para Horacio.

Cuéntanos que te parece el conflicto

```
graph TD; A[Alexa hornea alegremente] --> B[Horacio es el mejor amigo de Alexa]; B --> C[Es el cumpleaños de Horacio]; C --> D[Elmer se dirige a confrontar a Horacio]; E[Elmer se molestó con Alexa y cortaron] --> D; F[El cupcake de la discordia] --> G[Elmer es pareja de Alexa]; G --> E;
```

b. Responde las preguntas y discútelas con tus compañeros:

- ¿Qué opinas de la idea de Alexa de hornear para su mejor amigo?
- ¿Qué te parece la manera en que reaccionó Elmer?
- Tú cómo habrías actuado en el lugar de

Alexa: _____
Elmer: _____
Horacio: _____

CONSTRUYE T www.sems.gob.mx/construyet Conciencia social | 1

- Invite al estudiantado a idear una forma de expresar asertiva y críticamente su postura sobre el conflicto planteado dándoles un par de minutos. Solicite la participación voluntaria de al menos un estudiante
- Mencione algunos valores o competencias que deben estar presentes en la resolución pacífica de conflictos, como la empatía (las únicas palabras que no se subrayan son *desesperación* y *enojo*), a fin de orientar al estudiantado para la realización del apartado c).

Lección 4. Mi propia perspectiva Conflicto de pareja: diferentes miradas

Actividad 2.

- Ante tus compañeros de equipo, expresa con **asertividad** tu perspectiva sobre este conflicto y escucha con atención la de los demás.
- Sugieran una solución pacífica a este conflicto, de modo que el resultado sea positivo para los tres personajes.
- Subraya, de los siguientes elementos, cuáles están presentes en la resolución pacífica de conflictos:

Afecto Desesperación Escucha Enojo Alegría Diálogo Empatía Respeto

Tip: al analizar los conflictos, es importante mirarlos desde la perspectiva de todos los involucrados y poner en práctica competencias que los lleven a buen término.

Reafirmo y ordeno

Para llegar a la resolución pacífica de los conflictos, es necesario tener presentes las necesidades o motivaciones de las partes involucradas y la importancia de sus relaciones. En ocasiones, lo que creemos que es un conflicto puede ser un simple malentendido, por eso es fundamental dialogar asertivamente y exponer nuestras emociones y necesidades, así como escuchar al otro. No se trata de evitar conflictos—recuerda que son parte de nuestra vida—, sino de colaborar para resolverlos equitativamente. No olvides que todos tenemos derechos y merecemos un trato digno.

Para tu vida diaria

- Presta atención: puede que no se trate de un conflicto verdadero.
- Sé amable y apreciativo al dialogar. Es mejor exponer nuestra postura respetuosamente.
- Si el conflicto es de otras personas cercanas, invítalas a analizarlo desde diferentes ángulos y a ser empáticas.

¿Quieres saber más?

Te invitamos a que conozcas algunas dinámicas de sensibilización para resolver conflictos, observa el siguiente video y ponla en práctica. <https://www.youtube.com/watch?v=SeN4R6t-82k>

También puedes revisar el documento con orientaciones para la resolución de conflictos. <http://www.unicef.cl/centro-doc/tesuofamiliar/11%20Resolver.pdf> (de la página de la 3 a la 11)

CONCEPTO CLAVE

Asertividad: Es la habilidad de emitir opiniones y actuar de manera clara y directa respetando a los demás.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

1 min. Individual

Reafirmo y ordeno

- Pida a un alumno que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio. Si el tiempo se lo permite puede comentar una conclusión breve.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Solicite que escriban lo que consideran más relevante de la lección.

1 min. Individual

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a leer y a realizar las actividades de las secciones. En *¿Quieres saber más?* pueden conocer algunas prácticas de sensibilización para resolver conflictos.

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Para el aula:

Es importante que sus alumnos sepan que las relaciones amorosas no deben *romantizarse, es decir, pensar que nunca tendremos un conflicto*, es importante que reconozcan que los conflictos también están presentes en ellas y que no son negativos ni deben desembocar en violencia, sino que pueden ser una oportunidad de crecimiento y transformación. Invite al grupo a afrontarlos con creatividad.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables y/o reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento, preguntar al estudiante ¿qué le serviría en ese momento? y brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, escribir en su diario de emociones o atender las sensaciones en el cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Inclusión:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo. México: SEP, 2017)* y el Artículo primero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, disponibles en los siguientes enlaces:

Equidad e Inclusión:

<http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Artículo primero: http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_150917.pdf

Para su vida diaria:

Lo invitamos a que si se encuentra en una situación de pareja en donde surja algún conflicto, emplee lo que revisó en esta lección para solucionarlo asertivamente.

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

Rubro	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Al menos el 50% de estudiantes expresaron su perspectiva respecto a un conflicto de pareja y cuál consideran que sería la perspectiva de otros.					
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.					
Se logró un ambiente de confianza en el grupo.					
¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?					
Dificultades o áreas de oportunidad					
Observaciones o comentarios					