

Amigos en sintonía: Descubriendo causas de conflictos para fortalecer la amistad

Persona y sociedad | Habilidades Socioemocionales | Diseño Universal para el Aprendizaje

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de grado 6to (11 a 13 años) comprendan y reconozcan las causas comunes de conflictos entre amigos, como los celos y la competencia, y aprendan a manejarlas de manera saludable. A través de actividades dinámicas, recreativas y participativas, los estudiantes explorarán situaciones reales y reflexionarán sobre sus emociones y conductas en las relaciones de amistad. Este aprendizaje es fundamental para desarrollar habilidades socioemocionales que promuevan la empatía, la resolución pacífica de conflictos y el fortalecimiento de vínculos afectivos positivos.

El plan utiliza la metodología del Diseño Universal para el Aprendizaje, ofreciendo múltiples formas de representación, expresión y motivación para atender la diversidad del aula. Además, se conecta con la vida cotidiana y la experiencia personal de los estudiantes, fomentando la reflexión crítica y el aprendizaje activo, vital para su desarrollo integral y social.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y describir las causas frecuentes de conflictos entre amigos, especialmente los celos y la competencia.
- Analizar cómo estas causas afectan las relaciones de amistad y las emociones personales.
- Proponer estrategias para manejar conflictos de manera positiva y fortalecer las relaciones de amistad.
- Reflexionar sobre la importancia de la empatía y la comunicación asertiva en la resolución de conflictos.

Recursos Necesarios

- Proyector o pantalla para video y presentación digital.
- Video "¿Por qué peleamos con nuestros amigos? - Habilidades Socioemocionales" (<https://www.youtube.com/watch?v=9NoWmS5XzIQ>) duración: 5 minutos.
- Cartulinas y marcadores para elaboración de mapas mentales y carteles.
- Hojas impresas con situaciones problemáticas breves (casos de celos y competencia entre amigos).
- Cuadernos o hojas para anotaciones individuales.
- Ficha de reflexión (impresa) para la actividad final.
- Acceso a pizarra o rotafolio para registro grupal.

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos sobre emociones y relaciones interpersonales adquiridos en grados anteriores.
- Habilidades básicas para expresarse oralmente y en forma escrita.
- Experiencia previa en trabajo colaborativo y discusión en grupo.
- Capacidad para escuchar a sus compañeros y respetar turnos de palabra.

Actividades

Sesión 1: Conociendo los conflictos entre amigos

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Dar la bienvenida, conectar con experiencias previas y presentar el objetivo: comprender qué genera conflictos entre amigos, especialmente los celos y la competencia.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta inicial para toda la clase: "¿Alguna vez han tenido un problema con un amigo? ¿Qué creen que lo causó?"
- **Estudiantes:** Responden en voz alta o levantan la mano para compartir experiencias breves (1-2 frases).

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un dato curioso: "¿Sabían que los conflictos entre amigos son normales y que entender sus causas nos ayuda a ser mejores amigos?"
- **Estudiantes:** Escuchan y reflexionan.

Contextualización:

- **Docente:** Explica: "Hoy aprenderemos por qué a veces peleamos con nuestros amigos, enfocándonos en dos causas muy comunes: los celos y la competencia. Esto es importante para vivir mejor y disfrutar más nuestras amistades."
- **Estudiantes:** Prestan atención y expresan expectativas.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Se introduce el tema con un video y actividades que permiten identificar causas de conflicto y sus efectos emocionales.

Actividad 1: Video y diálogo guiado

- **Objetivo:** Identificar causas de conflictos en la amistad y reconocer emociones asociadas.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Muestra el video "¿Por qué peleamos con nuestros amigos? - Habilidades Socioemocionales" (5 min).
 - Luego pregunta: "¿Qué causas de conflicto vieron en el video? ¿Cómo se sintieron los personajes?"
 - **Estudiantes:** Responden en plenaria, comentan emociones y causas.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Listado verbal de causas y emociones identificadas.
- **Rol docente:** Escuchar, anotar en pizarra, guiar preguntas para clarificar conceptos.
- **Tiempo:** 15 minutos

Actividad 2: Análisis de casos breves

- **Objetivo:** Analizar situaciones concretas de celos y competencia en amistades.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega a grupos de 3-4 estudiantes una hoja con una situación problemática (ejemplos: celos por atención, competencia por notas o deportes).
 - Solicita que identifiquen la causa del conflicto y cómo se sienten los involucrados.
 - Luego, cada grupo comparte un resumen breve con la clase.
- **Organización:** Grupos pequeños
- **Producto:** Resumen oral y anotaciones en hoja.
- **Rol docente:** Supervisar, apoyar con preguntas para profundizar y fomentar la participación equitativa.
- **Tiempo:** 20 minutos

Actividad 3: Mapa mental colaborativo

- **Objetivo:** Visualizar las causas de conflicto y sus consecuencias en un mapa mental grupal.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** En una cartulina o rotafolio, dibuja un círculo central con el título "Conflictos entre amigos".
 - Solicita que los estudiantes aporten causas, emociones y efectos para ir llenando el mapa con palabras o dibujos.
 - **Estudiantes:** Proponen ideas y participan activamente.
- **Organización:** Gran grupo
- **Producto:** Mapa mental visible para toda la clase.
- **Rol docente:** Facilitar y conectar ideas, asegurando que se incluyan celos y competencia.
- **Tiempo:** 10 minutos

Diferenciación:

- Estudiantes que terminan antes pueden ilustrar una situación personal o inventada que represente celos o competencia y compartirla.
- Estudiantes con dificultades reciben apoyo individual o en pareja para comprender los casos y expresarse con palabras o dibujos.

Transición:

Para cerrar el desarrollo, el docente conecta el mapa mental con la siguiente sesión, anunciando que se trabajará en estrategias para manejar estos conflictos.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Solicita a cada estudiante que escriba en una hoja o cuaderno tres palabras que recuerden sobre las causas de conflictos entre amigos.
- **Estudiantes:** Escriben y comparten algunas en voz alta.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí hoy sobre los conflictos entre amigos?
- ¿Por qué creo que es importante identificar las causas de un conflicto?
- ¿Cómo me siento al saber que los celos y la competencia pueden afectar la amistad?

Retroalimentación:

El docente comenta las respuestas, refuerza ideas claves y reconoce la participación, enfatizando la importancia de la empatía.

Transferencia:

Se anuncia que en la próxima sesión aprenderán a manejar estos conflictos para mantener amistades saludables.

Sesión 2: Estrategias para manejar los celos y la competencia en la amistad

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Recordar lo aprendido en la sesión anterior y presentar el objetivo de hoy: aprender estrategias para manejar conflictos causados por celos y competencia.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Quién recuerda qué es lo que causa peleas entre amigos? Mencionen dos causas que vimos."
- **Estudiantes:** Responden en plenaria (celos, competencia, emociones asociadas).

Motivación y enganche:

- **Docente:** Propone un pequeño reto: "Vamos a descubrir juntos cómo convertir un problema en una oportunidad para fortalecer la amistad."
- **Estudiantes:** Muestran interés y se preparan para participar.

Contextualización:

- **Docente:** Explica la relevancia de manejar bien los conflictos para evitar perder amistades valiosas.
- **Estudiantes:** Escuchan y relacionan con sus experiencias.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Se presentan y practican estrategias de manejo de conflictos, enfatizando la comunicación asertiva y la empatía.

Actividad 1: Role-play de conflictos y soluciones

- **Objetivo:** Practicar la identificación y manejo de celos y competencia en situaciones simuladas.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Divide la clase en grupos de 4 y entrega a cada grupo un guion corto con un conflicto basado en celos o competencia.
 - Los estudiantes asignan roles, representan el conflicto y luego proponen una solución asertiva.
 - Cada grupo presenta su role-play al resto de la clase.
- **Organización:** Grupos pequeños y plenaria
- **Producto:** Representación oral y propuesta de solución.
- **Rol docente:** Observa, guía con preguntas como "¿Cómo se siente cada persona? ¿Qué podrían decir para resolver el problema?"
- **Tiempo:** 30 minutos

Actividad 2: Creación de un cartel con consejos para manejar conflictos

- **Objetivo:** Sintetizar estrategias para manejar celos y competencia en la amistad.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Solicita que cada grupo elabore un cartel creativo con al menos 3 consejos para manejar conflictos de celos y competencia.

- **Estudiantes:** Usan marcadores y cartulina para crear el cartel, que luego exponen brevemente.
- **Organización:** Grupos pequeños
- **Producto:** Cartel con consejos escritos e ilustrados.
- **Rol docente:** Facilita materiales, fomenta ideas claras y positivas.
- **Tiempo:** 15 minutos

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: elaboran un breve poema o frase motivadora sobre la amistad y la resolución de conflictos.
- Para estudiantes que requieren apoyo: pueden trabajar en parejas con guía del docente para simplificar el role-play o el cartel.

Transición:

El docente conecta los consejos con la importancia de la reflexión personal y emocional, preparando a los estudiantes para la siguiente sesión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Pide a cada estudiante que diga en voz alta una estrategia que aprendió hoy para manejar conflictos.
- **Estudiantes:** Comparten una frase o palabra clave.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué estrategia me parece más útil para mis amistades?
- ¿Cómo puedo aplicar lo aprendido en mi vida diaria?
- ¿Qué me motivó más en la actividad de hoy?

Retroalimentación:

El docente reconoce las ideas compartidas y reafirma la importancia de practicar la empatía y comunicación.

Transferencia:

Se invita a los estudiantes a observar durante la semana sus relaciones y practicar alguna estrategia cuando surja un conflicto.

Sesión 3: Explorando mis emociones y su impacto en la amistad

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Conectar con lo aprendido y presentar el objetivo: reconocer las propias emociones relacionadas con celos y competencia para mejorar la amistad.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Alguna vez sentiste celos o competencia con un amigo? ¿Cómo te hizo sentir?"
- **Estudiantes:** Responden voluntariamente con breves experiencias o sentimientos.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Comparte una breve historia ficticia donde un niño experimenta celos y cómo lo maneja.
- **Estudiantes:** Escuchan y se identifican con la historia.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que reconocer nuestras emociones nos ayuda a entendernos mejor y a cuidar nuestras amistades.
- **Estudiantes:** Prestan atención y reflexionan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Actividades para explorar emociones, expresarlas y relacionarlas con conflictos de celos y competencia.

Actividad 1: Diario emocional

- **Objetivo:** Identificar y expresar emociones relacionadas con conflictos de amistad.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega a cada estudiante una hoja con un formato para anotar situaciones, emociones sentidas y reacciones.
 - Solicita que recuerden un momento en que sintieron celos o competencia con un amigo y completen la ficha.
- **Organización:** Individual
- **Producto:** Diario emocional escrito.
- **Rol docente:** Acompaña individualmente, ofrece apoyo para expresarse con palabras o dibujos.
- **Tiempo:** 20 minutos

Actividad 2: Compartir y validar emociones

- **Objetivo:** Fortalecer la empatía y validación emocional entre compañeros.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Forma parejas para que compartan lo que escribieron, escuchando atentamente sin juzgar.
 - Luego, en plenaria, algunos voluntarios comparten cómo se sintieron y qué aprendieron.
- **Organización:** Parejas y plenaria
- **Producto:** Relato oral y escucha empática.
- **Rol docente:** Facilita el ambiente seguro, destaca la importancia de la escucha activa.
- **Tiempo:** 20 minutos

Actividad 3: Técnica de respiración para manejar emociones

- **Objetivo:** Practicar una estrategia para controlar emociones intensas en conflictos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Guía a todos en una breve sesión de respiración profunda (inhalar por 4 segundos, aguantar 4, exhalar 4) para calmar emociones.
 - **Estudiantes:** Participan activamente siguiendo las instrucciones.
- **Organización:** Gran grupo
- **Producto:** Práctica vivencial.
- **Rol docente:** Modela y motiva la práctica.
- **Tiempo:** 5 minutos

Diferenciación:

- Estudiantes que terminan antes pueden elaborar un dibujo que represente su emoción y cómo la manejan.
- Estudiantes que requieren apoyo pueden expresar emociones con palabras clave o a través de dibujos con apoyo del docente.

Transición:

El docente conecta el reconocimiento emocional con la importancia de la comunicación asertiva para cerrar la próxima sesión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Solicita que cada estudiante diga o escriba una emoción que aprendió a identificar hoy.
- **Estudiantes:** Participan y comparten.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Por qué es importante reconocer nuestras emociones?
- ¿Cómo puedo usar la respiración para manejar mis sentimientos?
- ¿Qué aprendí sobre cómo mis emociones afectan mis amistades?

Retroalimentación:

El docente valora la honestidad y participación, y anima a practicar la respiración cuando surjan emociones intensas.

Transferencia:

Invita a practicar la técnica en casa y a observar sus emociones durante la semana.

Sesión 4: Comunicación asertiva para fortalecer la amistad y cierre del tema

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Rememorar lo aprendido y preparar para aplicar comunicación asertiva como herramienta clave para resolver conflictos entre amigos.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Qué han aprendido sobre manejar emociones y conflictos? ¿Por qué creen que la forma en que hablamos con nuestros amigos es importante?"
- **Estudiantes:** Responden individual o en voz alta.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta una frase inspiradora: "Las palabras pueden herir, pero también pueden sanar. Aprenderemos a usarlas para cuidar nuestra amistad."
- **Estudiantes:** Reflexionan y se preparan para participar.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la comunicación asertiva ayuda a expresar emociones sin lastimar y a resolver conflictos con respeto.
- **Estudiantes:** Escuchan y relacionan con experiencias previas.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Se enseña y practica la comunicación asertiva como herramienta para resolver conflictos de celos y competencia.

Actividad 1: Mini taller de comunicación asertiva

- **Objetivo:** Conocer y practicar frases asertivas para expresar emociones y necesidades.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Explica brevemente qué es la comunicación asertiva y presenta ejemplos de frases (ej.: "Me siento... cuando tú...", "Me gustaría que...").
 - Solicita que cada estudiante escriba tres frases asertivas para situaciones de celos y competencia.
- **Organización:** Individual
- **Producto:** Lista escrita de frases asertivas.
- **Rol docente:** Apoya con ejemplos y corrige formulaciones si es necesario.
- **Tiempo:** 20 minutos

Actividad 2: Simulación de diálogo asertivo

- **Objetivo:** Practicar el uso de la comunicación asertiva en situaciones de conflicto.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Forma parejas, entrega un escenario conflictivo y pide que ensayen un diálogo usando frases asertivas.
 - Luego, algunos voluntarios presentan su diálogo frente a la clase.
- **Organización:** Parejas y plenaria
- **Producto:** Diálogo oral simulado.
- **Rol docente:** Observa, da retroalimentación en la forma de hablar y escucha activa.
- **Tiempo:** 20 minutos

Actividad 3: Cierre creativo - Mensaje para un amigo

- **Objetivo:** Expresar un mensaje positivo para fortalecer la amistad.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Solicita que cada estudiante escriba una carta o mensaje breve para un amigo, usando lenguaje asertivo y positivo.
- **Organización:** Individual
- **Producto:** Texto escrito con mensaje de amistad.
- **Rol docente:** Motiva la expresión sincera y revisa para apoyar si es necesario.
- **Tiempo:** 5 minutos

Diferenciación:

- Estudiantes que terminan antes pueden decorar su mensaje o ilustrarlo.

- Estudiantes que requieren apoyo pueden dictar su mensaje al docente o compañero de confianza.

Transición:

El docente conecta esta práctica con la importancia de llevar estas habilidades a la vida diaria y anuncia la síntesis final.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Realiza un resumen oral breve con la clase destacando las causas de conflicto, emociones y estrategias aprendidas.
- **Estudiantes:** Participan con aportes o asentimientos.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo puedo usar la comunicación asertiva en mis amistades?
- ¿Qué aprendí que me ayudará a evitar peleas con mis amigos?
- ¿Qué me gustaría practicar primero en mi vida diaria?

Retroalimentación:

El docente felicita el compromiso, resalta aprendizajes clave y motiva a seguir desarrollando habilidades socioemocionales.

Transferencia:

Se sugiere a los estudiantes aplicar lo aprendido en sus relaciones cotidianas y observar los resultados.

Tarea o reto:

Observar durante la semana una situación de conflicto en la amistad (propia o ajena) e intentar aplicar una estrategia aprendida. Luego, escribir una breve reflexión para compartir en clase.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica: Sesión 1, fase de inicio (preguntas sobre experiencias previas).
- Formativa: Durante todas las sesiones, en actividades de análisis, role-play, diarios emocionales y simulaciones.
- Sumativa: Sesión 4, cierre con reflexión escrita y práctica de comunicación asertiva.

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente las causas de conflictos entre amigos (celos, competencia).

- Analiza y describe el impacto emocional de los conflictos en las relaciones de amistad.
- Aplica estrategias adecuadas para manejar conflictos de manera positiva.
- Demuestra capacidad para expresar emociones y necesidades usando comunicación asertiva.

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación de participación en role-plays y discusiones.
- Rúbrica para evaluar el diario emocional y la carta/mensaje de amistad.
- Autoevaluación y coevaluación sobre el uso de estrategias en simulaciones.

Evidencias de aprendizaje:

- Respuestas orales y escritas en actividades iniciales y desarrollo.
- Mapas mentales y carteles grupales que reflejan comprensión del tema.
- Diarios emocionales y reflexiones personales.
- Role-plays y simulaciones que muestran aplicación de estrategias.
- Cartas o mensajes escritos con comunicación asertiva.

Referencia bibliográfica:

Ministerio de Educación Nacional. (2020). Habilidades para la vida: Guía para el desarrollo de competencias socioemocionales en la educación básica. Bogotá, Colombia: MEN. <https://www.mineducacion.gov.co/>

Video utilizado: Fundación Educar Chile. (2019). ¿Por qué peleamos con nuestros amigos? Habilidades socioemocionales [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=9NoWmS5XzIQ>