

SOLUCIONANDO PROBLEMAS

 **¿Con quién sueles tener problemas?**

☐ Padres ☐ Hermanos ☐ Amigos ☐ Vecinos ☐ Profesores



 **¿Por qué suelen surgir los problemas?**

 Para mí, solucionar un problema es:

☐ Fácil ☐ Difícil

 **¿Por qué surgen los problemas?**

A continuación se presentan una serie de historietas en las que los personajes tienen algunos problemas, que pueden haberte sucedido a ti alguna vez. Vamos a tratar de analizar cuáles pueden ser las causas.

○ Tus padres se han enfadado contigo. Ha sido porque: _____

○ Tus amigos no quieren que hagas el trabajo en grupo con ellos. Ha sido porque: _____

○ Has discutido con tu hermano / a y habéis acabado peleándoos. Ha sido porque: _____

✚ Ahora contamos una historia real. Una vez discutí con: _____
Fue porque: _____



✚ ¿Conseguiste solucionarlo? Cómo.
Lo que hice fue:

Para buscar la mejor solución hay que pensar en lo que ha ocurrido y hacer un listado con las cosas que podemos hacer

Imagina que estabas jugando al balón con una compañera o compañero y lo has tirado a un lugar donde no se puede recuperar.

✚ Elige o añade lo que ha podido ocurrir:

- ☐ Habéis empezado a pelearos.
- ☐ Mi amigo me ha dicho que ya no me dejará nada más.
- ☐ Le pido perdón a mi amigo.
- ☐ Intentamos buscar una solución para comprarle otro balón.
- ☐ _____

✚ ¿Qué pasos habéis seguido para buscar la solución?

✚ ¿Qué decisión habéis tomado para solucionarlo?

✚ En clase consideran que ¿los pasos y la decisión son los adecuados?

Podéis imaginar otros muchos problemas reales que ocurren en clase y en el patio y hacer un listado de lo que puede ocurrir y de los pasos a seguir y decisiones adecuadas que debéis tomar.

Todos tenemos problemas con los demás (padres, amigos, profesores, etc.) Pero estos problemas siempre tienen solución. **Podemos aprender a solucionarlos de manera adecuada, y también a evitarlos.** ¿Cómo?, **previando las consecuencias:** ¿qué ocurrirá si hago esto? Al imaginar lo que va a ocurrir podemos evitar los problemas o hacer que tengan un buen final

UNA CLASE CON PROBLEMAS

(Actividad para analizar los problemas de la clase).

OBJETIVOS:

- Analizar las actitudes de cada uno ante el grupo.
- Autoevaluar las actitudes ante el grupo, en situaciones de tensión, fricciones o dificultades de relación en la clase.

DESARROLLO:

OPCIÓN 1. Trabajo personal con cuestionario y posteriormente en pequeño y gran grupo.
Ver anexo I.

OPCIÓN 2. Trabajo sin cuestionario, primero en pequeño grupo y después en gran grupo.
Ver anexo 2.

MATERIAL:

- OPCIÓN 1. Cuestionario “Yo en esta clase...”, para todos los alumnos y alumnas, incluido en Anexo I.
- OPCIÓN 2. Listado de posibles problemas que pueden dificultar la marcha de la clase para pequeño grupo.

ANEXO I

Una clase con problemas

Yo, en esta clase:

	1	2	3	4	5
1. Puedo expresar con libertad mis ideas.					
2. Puedo expresar con libertad mis sentimientos.					
3. No admito ideas diferentes a las mías.					
4. Disfruto cuando los otros me conocen.					
5. Estoy preocupado por lo que los demás puedan pensar de mí. ...					
6. Me siento a gusto.					
7. Me siento solo.					
8. Me relaciono sólo con unos pocos de clase.					
9. Parezco distinto de lo que realmente soy.					
10. Me siento inseguro de mí mismo.					
11. Creo que los demás no me aprecian suficientemente.					
12. Soy consciente de como los otros me ven.					
13. Tengo la impresión de que los demás me ignoran.					
14. Tengo la impresión de que los demás se preocupan de mí.					
15. Tengo la impresión de que los demás no me escuchan.					
16. Me siento nervioso.					
17. Tengo la impresión de que los demás me critican.					
18. Creo que los demás no me ven como soy.					
19. Tengo la impresión de que los demás no son sinceros.					
20. Me parece que los demás son fríos.					
21. Tengo la impresión de que los demás se ríen de mí cuando me equivoco.					

ANEXO II

Piensa ahora en los problemas y dificultades de relación que tenemos en nuestra clase:

1. Enumera cuáles son las tres cosas que a ti te hacen más difícil relacionarte en clase.
2. ¿Cuáles son a tu juicio las causas por las que tenemos dificultades de relación en clase?
3. ¿Qué podríamos hacer para resolver estas dificultades?