



Dimensión:



Conoce T



Relaciona T

Para trabajar  
con:  
Docentes

Tiempo de  
planeación:  
5 min.

Duración  
estimada:  
20 min.

Habilidades  
generales en  
entrenamiento



Autorregulación



Relación con  
los demás

Habilidades  
específicas en  
entrenamiento



Manejo de  
emociones



Manejo de conflictos  
interpersonales

“Cuidado con la impulsividad...”

### Para reflexionar...

- ¿Consideras que existen conflictos interpersonales entre los docentes de tu escuela?
- ¿Has percibido intolerancia entre los docentes?
- ¿Cuáles son los motivos de intolerancia que encuentras entre ellos?

### Nuestro objetivo:

Analizar nuestra forma de reaccionar ante los conflictos y las consecuencias de hacerlo impulsivamente.

### Condiciones y materiales deseables:

La actividad se realiza durante una reunión con docentes. Se necesita una hoja para cada docente participante.

### Paso a paso:

1. El director inicia generando un espacio de apertura y comunicación e invita a los docentes a reflexionar sobre el tema: manejo de conflictos interpersonales.
2. Se entrega una hoja a cada participante.
3. Se pide a los docentes que cierren sus ojos y que recuerden un conflicto interpersonal que tuvieron últimamente y que no pudieron resolver de la mejor manera; tal vez actuaron de manera impulsiva y/o que se le escapó de sus manos. Puede ser alguna situación con algún estudiante, con un colega en el trabajo o en su vida personal.
4. El director da la siguiente indicación: *mientras recuerdan este incidente, arruguen la hoja dependiendo de cómo se hayan sentido ante esta situación*. Se da un tiempo breve para que puedan contactar con la emoción.
5. Después les pide que vayan desarrugando la hoja y pensando en una alternativa que les hubiera ayudado a resolver el problema.
6. A continuación, el docente busca a una persona con la que quiera compartir la experiencia y alternativa. El compañero podrá retroalimentar la forma en que la situación podría ser resuelta favorablemente.
7. Se invita a responder en plenaria las siguientes preguntas : ¿Cómo se sintieron de no haber podido resolver el conflicto en ese momento?, ¿el compañero con el que comentaron la experiencia les dio una alternativa que ustedes no vieron en ese momento?, ¿qué hubiera pasado si antes de actuar impulsivamente hubieran reflexionado sobre las posibles consecuencias de sus actos?
8. Se concluye reflexionando sobre la importancia de pensar en alternativas antes de reaccionar impulsivamente ante un conflicto, ya que así como la hoja de papel no puede volver a su estado original, actuar con impulsividad ante un conflicto genera impactos en las personas a nuestro alrededor, que después ya no son fáciles de resarcir.

**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio [www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)**



Dimensión:



Para trabajar  
con:  
Docentes

Tiempo de  
planeación:  
5 min.

Duración  
estimada:  
20 min.

Habilidades  
generales en  
entrenamiento



Autorregulación



Relación con  
los demás

Habilidades  
específicas en  
entrenamiento



Manejo de  
emociones



Manejo de conflictos  
interpersonales

“Cuidado con la impulsividad...”

### Para terminar...

*¿Cómo seré una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?*

La escuela debe ser un espacio en el que se promueva el respeto a las diferentes formas de pensar, y en el cuál se manejen pacíficamente los conflictos que se puedan generar. Por lo anterior, es importante detectar aquellas situaciones que causan mayor conflicto entre integrantes de la comunidad escolar, y promover que a través del manejo de emociones, el diálogo y la empatía se resuelvan conflictos y desacuerdos.



**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio  
[www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)**