

Pla docent del curs:  
Aprendre del conflicte: els  
conflictes com a oportunitat  
de millora personal  
(REC9110473)

## Objectiu general

La majoria dels docents desitjarien una aula en la qual mai es produïssin conflictes i es visqués un ambient harmoniós, però la realitat ens mostra quelcom diferent. A l'aula hi conviuen persones, amb les seves opinions, les seves emocions, els seus criteris, els seus valors i les seves pròpies vivències. Així mateix, els centres escolars són un organisme viu on s'estableixen relacions interpersonals i, per tant, sovint es generen tensions o situacions a les quals hem de saber fer front. Cas contrari, seria indicador d'un estancament i, fins i tot, d'una regressió. La qüestió està en com vivim cadascú de nosaltres (tant el professorat com l'alumnat) el conflicte. La primera premissa que hem de tenir clara és que ni tot és conflicte ni tot és consens. Sota aquesta mirada, el conflicte l'hem de veure com a un símptoma que alguna cosa no ens satisfà a tots i totes i que probablement hi ha quelcom que no funciona correctament i hem de revisar o canviar.

És a dir, hem d'aprendre a veure el conflicte com a un senyal d'alarma que ens indica que hem d'optimitzar algun aspecte de la nostra actuació, de la nostra manera d'estar i de relacionar-nos a l'aula. Les noves realitats a les quals ens enfrontem, immigració, dinàmiques familiars, tipologies familiars, canvis constants de l'administració respecte a l'organització i programes educatius, etcètera, provoquen una esquerda en l'estabilitat i demanden nous recursos, eines i respostes per part del professorat. Per tant, el problema no és el conflicte en si, sinó la reacció que tenim davant del mateix; és a dir, Què pensem i com reaccionem quan apareix un conflicte? Aquesta és la qüestió que tractarem en aquest taller: com responem als conflictes que apareixen en l'àmbit escolar.

En aquest sentit, podem afirmar que necessitem el conflicte per a progressar. La realitat no és blanca o negra, no hi ha una veritat absoluta. És necessari treballar amb tot el que hi hagi, desacords i diversitat d'opinions per tal de poder generar un diàleg constructiu i real. Per tant, podem concloure que els conflictes no són esdeveniments negatius, sinó que ens ofereixen una oportunitat de desenvolupament personal, de millora de la convivència i d'optimització de l'ambient escolar.

D'aquesta manera, davant d'un conflicte, no caurem en el catastrofisme, sinó que disposarem dels recursos necessaris per tal de crear un clima adient que ens permeti analitzar els factors que l'han provocat i buscar una solució cooperativa.

## Objectius específics

- Desenvolupar l'escolta activa.
- Desenvolupar habilitats cognitives per tal de recavar la informació necessària per poder abordar el conflicte.
- Desenvolupar l'assertivitat.
- Desenvolupar l'empatia.
- Treballar les emocions en el context de la mediació.

## Continguts

- Funcionament de les relacions interpersonals.
- Els jocs psicològics en l'àmbit escolar.
- Reconeixement del conflicte.
- Tipus de conflictes.
- Sentiments i emocions davant del conflicte
- Aprendre a reconèixer les nostres emocions. Emocions autèntiques i emocions inautèntiques.
- Prendre consciència dels nostres defectes i potenciar les nostres virtuts.
- Desenvolupar l'empatia: saber-nos posar en el lloc dels altres i respectar les seves emocions.
- Definició de resolució de conflictes.
- Fases del desenvolupament d'un conflicte.
- Estils de resposta enfront del conflicte.
- Concepte de mediació i rol del mediador.
- Desenvolupament de recursos cognitius, d'escolta activa, assertivitat i empatia del mediador.

## Metodologia

Cada sessió l'alumnat disposarà de documentació explicativa que li ajudaran a realitzar l'activitat.

Davant qualsevol dubte els alumnes podran fer ús del fòrum per poder formular consultes als tutors i companys.

Per desenvolupar les pràctiques es disposarà d'un servidor de proves on-line de Moodle per cada alumne/a.

## Sessió 1

Presentació i adaptació a l'entorn de treball

## Sessió 2

Marc teòric del treball amb el conflicte (AT i Estats del Jo).

La importància de l'autoconeixement, l'autoestima i el respecte.

AUTOAVALUACIÓ: Exercici del "Qui sóc jo?"

VIDEO: Exercici de relaxació.

Les creences

L'adult integrat (Què penso, què sento, què necessito, què decideixo)

Comunicació assertiva: escolta activa, empatia.

Llenguatge verbal i no verbal.

## Sessió 3

VIDEO: Treball de respiració i expressió corporal I.

AUTOAVALUACIÓ: Que entenc per emoció, sentiment i quines emocions conec.

AUTOAVALUACIÓ: Qüestionari sobre el conte "La tristesa i la ràbia" de Jorge Bucay.

Emocions autèntiques i inautèntiques.

El triangle dramàtic.

Els jocs psicològics.

## Sessió 4

VIDEO: Treball de respiració i expressió corporal II.

AUTOAVALUACIÓ: La meva mirada sobre el conflicte.

Dinàmica de grup: Posada en comú de l'exercici anterior.

Devolució del tutor d'aquesta dinàmica tenint en compte el treballat a la Sessió 2.

El conflicte segons l'AT.

Introducció i proposta d'exercici de les carícies (amb parella, company, amestat...) i anàlisi.

Teoria de les carícies.

El reconeixement negatiu i el joc psicològic.

## **Sessió 5**

VIDEO: Treball de respiració i expressió corporal III.

Proposar al grup cada alumne un conflicte que vulgui treballar.

Dinàmica de grup en que cada alumne exposa com el resoldria.

Devolució de la dinàmica anterior.

Posicions respecte al conflicte (relacionat amb les posicions existencials de l'AT).

Els filtres.

## **Sessió 6**

VIDEO: Treball de respiració i expressió corporal IV.

Proposar al grup cada alumne un conflicte que vulgui treballar.

Dinàmica de grup en que cada alumne exposa com el resoldria.

Devolució de la dinàmica anterior.

Els permisos.

Proposar al grup cada alumne un conflicte que vulgui treballar.

Dinàmica de grup en que cada alumne exposa com el resoldria.

Devolució de la dinàmica anterior.

## **Sessió 7**

**AVALUACIÓ FINAL.**

**AUTOAVALUACIÓ:** Què he après, què m'ha cridat més l'atenció, ... en què ha canviat la meva mirada respecte el conflicte.

## Sessió 8

Recuperacions i avaluació del curs.

Aquesta sessió ha de servir per a poder superar aquelles activitats lliurades en el seu moment i la seva avaluació sigui no superada o incompleta.

No es podrà presentar, en aquesta sessió, el 50% de les activitats del curs, si en el seu moment no es va fer el corresponent lliurament.

La data de finalització de la formació, publicada al portal, no es podrà lliurar cap activitat, i els tutors, disposaran d'aquest dia per a introduir la qualificació final del curs segon els criteris d'avaluació de l'activitat formativa.

## Durada

La durada del curs és de 36 hores.

## Preu

100 €

## Perfil alumnat

Professorat d'Infantil, Primària, Secundària i Formació Professional.

## Programari utilitzat

Programari lliure

## Avaluació

Per a superar el curs s'han d'entregar totes les activitats i haver superat el 80 %.

És imprescindible haver superat també l'última activitat dins del 80%. La qualificació final del curs serà APTE, NO APTE o NO PRESENTAT.

## Tutors

Begoña Serra Fos

### **Important:**

- Qualsevol curs que no tingui una matrícula mínima d'alumnes, pot ser anul·lat.
- Una vegada que el curs estigui iniciat no es retornarà cap import de la matrícula.