Tolerancia y cooperación

SESIÓN N.° 15 Y 16

OBJETIVO GENERAL	Fomentar el respeto a los derechos de los demás, el valor de la cooperación y de la conducta adecuada como forma de responder cuando alguien viola nuestros derechos.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	• Reconocer que todas las personas a la hora de relacionarse con otros tienen unos derechos que se deben respetar. • Definir tolerancia. • Examinar el tipo de conductas que se pueden dar ante las conductas intolerantes de los demás. • Practicar respuestas adecuadas para defender nuestros derechos. • Mostrar el valor de la cooperación.
PREPARACIÓN ESPECIAL	Prepare el material necesario para realizar la actividad sobre el valor de la cooperación (apéndice 2.).
TAREA PARA CASA	• Ficha de evaluación. • Recoger información sobre actividades de ocio.

Revisión de las tareas para casa:

- Ficha de evaluación

Revise la ficha de evaluación de la sesión anterior apuntando cuales son las respuestas correctas.

Introducción

En esta sesión vamos a tratar sobre los derechos que todos tenemos a la hora de relacionarnos con los demás; el valor de cooperar y ser tolerantes y la forma de responder ante aquellas situaciones en las que otros pretenden vulnerar algunos de nuestros derechos.

Reconocer que todas las personas, a la hora de relacionarse con otros, tienen unos derechos que se deben respetar

Partiendo de las tareas del Manual del Alumno asignadas para esta unidad establezca un debate sobre cuáles son los derechos básicos que tienen las personas a la hora de relacionarse con los demás (primera pregunta de la actividad).

PÁG. 95

Ideas clave:

A la hora de relacionarnos con otras personas todos tenemos una serie de derechos básicos que deben ser respetados entre los que se encontrarían:

- Derecho a ser tratado por los demás con respeto y dignidad.
- Derecho a poder expresar libremente nuestros sentimientos y opiniones.
- Derecho a tomar nuestras propias decisiones, aún a riesgo de equivocarnos.
- Derecho a rechazar peticiones de otros sin sentirse por ello culpable o egoísta.
- Derecho a satisfacer nuestras propias necesidades siempre y cuando con ello no perjudiquemos a los demás.

Definir tolerancia

Dígales que el respeto de estos derechos tiene mucho que ver con el concepto de tolerancia. Pida a los/as alumnos/as que expliquen lo que entienden por "tolerancia". Pídales que expliquen lo que entienden ellos por tolerancia.

Definición:

Tolerancia se refiere a la consideración y el respeto hacia las ideas, opiniones o conductas de los demás, aún cuando no se compartan. Se trata de la capacidad de admitir en los otros formas de pensar o actuar distintas a las propias.

Lo opuesto a la tolerancia es la intolerancia y hace referencia a actitudes o comportamientos de exclusión, rechazo, menosprecio o falta de respeto de los derechos de aquellos que consideramos diferentes. Esto se produce habitualmente en las relaciones entre personas pertenecientes a distintos grupos.

Ejemplos:

- Personas de distintas razas.
- Personas con distintas ideas políticas.
- Seguidores de distintos equipos.

Dígales que es relativamente frecuente dentro de las relaciones sociales encontrarse con situaciones en las que otras personas no respetan nuestras ideas, opiniones o derechos.

Pídales que pongan ejemplos de ocasiones que hayan vivido en las que se produjo esta situación (segunda pregunta de la actividad).

PÁG. 95

Ejemplos:

- La falta de consideración de un mayor hacia sus opiniones.
- La actitud de un profesor que desprecia sus aportaciones.
- La descalificación de sus ideas por parte de un compañero.

Examinar el tipo de conductas que se pueden dar ante conductas intolerantes

Coménteles que las distintas formas de reaccionar ante situaciones en las que sufrimos la intolerancia de otras personas pueden situarse entre dos extremos:

- **Conductas pasivas**, con las que se trata de evitar la situación o de hacerle frente de una forma indirecta y poco clara.

- **Conductas agresivas**, en las que se reacciona de forma hostil hacia otras personas y donde la defensa de los propios derechos se hace a costa de los derechos de los demás.

Las conductas más apropiadas ante estas situaciones son las que se encuentran a medio camino entre esos dos extremos. Estas conductas podrían ser definidas como aquellas respuestas con las que se defienden los propios derechos de una forma directa, honesta y apropiada, pero de forma no violenta y sin violar los derechos de los demás.

Haga tres columnas en el encerado (conductas apropiadas, pasivas y agresivas) y clasifique con la clase el tipo de respuestas dadas ante las situaciones sugeridas en la tarea para casa (tercera pregunta). En el apéndice 1 de esta unidad presentamos un cuadro que le puede ser útil para ayudar a clasificar las conductas.

Establezca un debate sobre las ventajas y desventajas que presentan cada tipo de conductas.

Ejemplos:

	C. Pasivas	C. apropiadas	C. Agresivas
Ventajas	Se evitan conflictos	Se evitan conflictos Defendemos nuestros derechos Satisfacción personal, Incremento de la autoestima Reconocimiento de los demás	Nos hacemos respetar
Desventajas	Sentimientos de frustración e inferioridad No defendemos nuestros derechos Los otros se aprovechan		Sentimientos de culpabilidad por reacciones desproporcionadas Conflictos interpersonales Rechazo social Violamos los derechos de los demás

Ideas clave:

- Cuando somos víctimas de la intolerancia debemos evitar reaccionar de forma agresiva o pasiva para conseguir una conducta adecuada.

Practicar la realización de conductas adecuadas para defender nuestros derechos

Algunas veces hay situaciones en las que los otros se muestran intolerantes, pudiendo vulnerar con su conducta alguno de nuestros derechos. Ante estas situaciones es importante reaccionar de forma adecuada.

Remita a los/as alumnos/as a su manual y exponga lo que se debería hacer para comportarse adecuadamente a la hora de defender nuestros derechos.

PÁG. 96

Para lograr este tipo de conducta, son tres las cosas que deben quedar claramente expresadas:

Pasos para defender nuestros derechos.

1. Que no se está de acuerdo con la situación actual.
2. Que la conducta del otro no es satisfactoria para nosotros (pueden darse las razones).
3. Que es necesario que el otro cambie su conducta (pueden proponerse alternativas).

Para evitar que las respuestas dadas ante estas situaciones puedan ser interpretadas como hostiles por los demás es recomendable que:

- Se utilicen frases en primera persona (las frases en segunda persona son percibidas como más amenazantes). Por ejemplo, en vez de decir “Tu conducta me molesta” se puede decir “Yo no me siento a gusto con tu forma de actuar”

- También puede ayudar el hecho de reconocer el punto de vista del otro después de manifestar el desacuerdo con la situación actual,. Por ejemplo, se podría decir "Yo no me siento a gusto en esta situación. Comprendo que tú … pero…"

Pida voluntarios y haga que pongan en práctica este tipo de respuestas en distintas situaciones. Comente con la clase cada representación resaltando las conductas apropiadas.

Ejemplos:

- Estás en la cola de un cine y alguien se cuela.
- En una tienda nos dan mal el cambio.
- Estás viendo un programa en la televisión y llega tu hermano mayor y cambia de canal.
- Quieres revisar un examen y el profesor se niega a que lo hagas.

Mostrar el valor de la cooperación

Las conductas intolerantes imposibilitan, en la mayoría de los casos, la solución eficaz de los problemas en los que están implicadas varias personas. La mejor forma de abordar este tipo de situaciones es por medio de la cooperación, buscando la forma de que todos salgan ganando.

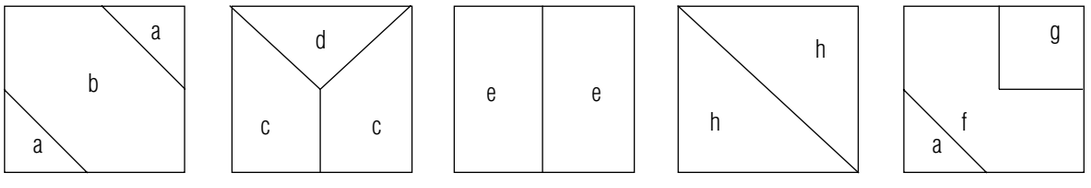
La cooperación consiste en el trabajo conjunto de varias personas para conseguir un objetivo común. Para cooperar es fundamental respetar y considerar las ideas de los demás, por lo que se debe evitar cualquier manifestación de intolerancia.

Realizaremos a continuación una actividad dirigida a demostrar cómo la consideración de los distintos puntos de vista puede ayudar a encontrar soluciones más adecuadas a los problemas.

Antes de iniciar esta actividad asegúrese de que dispone del siguiente material para cada grupo de trabajo:

- un sobre grande y cinco sobres pequeños
- las piezas para formar los siguientes cuadrados recortadas en cartulinas (en el apéndice 2 se presenta una plantilla a mayor escala).

Introduzca en los sobres pequeños todas las piezas distribuyéndolas de forma azarosa, por ejemplo:



- sobre 1 - f, h, e
- sobre 2 - a, a, c
- sobre 3 - a, h

- sobre 4 - d, e
- sobre 5 - g, b, c

Reparta el material a cada grupo y lea con sus alumnos/as las instrucciones presentes en su manual:

PÁG. 97

"En el sobre grande que está en la mesa hay cinco sobres más. Cada uno de estos sobres pequeños contiene fragmentos de formas diferentes para componer cuadrados.

La tarea de cada grupo es confeccionar, al dar la señal de comienzo, cinco cuadrados de tamaño exactamente igual. El trabajo no está terminado hasta que cada miembro del grupo tenga ante sí en la mesa un cuadrado completo de tamaño exactamente igual al de todos los demás".

Durante el ejercicio hay que cumplir las siguientes reglas:

- *Ningún miembro puede hablar.*
- *Ningún miembro puede pedir a otro una pieza o señalar de algún modo que necesita una determinada pieza.*
- *Cada miembro puede, si quiere, poner piezas en el centro de la mesa o pasárselas a otro, pero nadie puede intervenir directamente en la figura de otro.*
- *Cada miembro puede tomar piezas del centro, pero nadie puede montar las partes en el centro de la mesa".*

Una vez agotado el tiempo de realización del ejercicio, organice un debate sobre la experiencia en base a los siguientes aspectos:

☐ Distintas reacciones de los participantes durante la tarea

☐ Aspectos positivos y negativos que se destacarían

☐ Diferencias entre conducta competitiva y conducta cooperativa

☐ Comportamientos y actitudes que requiere la cooperación

☐ Aplicaciones de lo aprendido a otras situaciones

Ideas clave:

- Cooperar implica tomar conciencia de que el resultado final de determinada tarea depende de la colaboración y actitudes de los miembros del grupo.
- Las aportaciones individuales de cada miembro del grupo que coopera facilitan la resolución eficaz de la tarea conjunta. Por contra, las conductas competitivas de aquellas personas que se aferran a sus piezas o pretenden acaparar la de los demás entorpecen el logro del resultado pretendido.
- La cooperación pasa por realizar aportaciones propias al grupo, pero también por el reconocimiento de los beneficios derivados de las aportaciones y puntos de vista de los demás.

Resumen

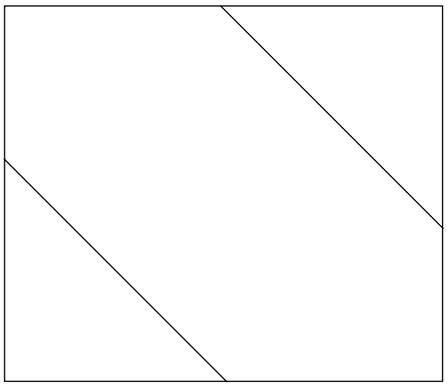
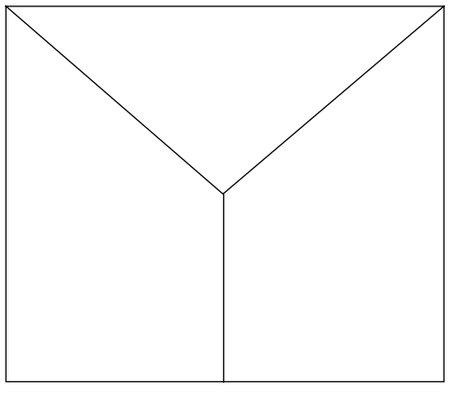
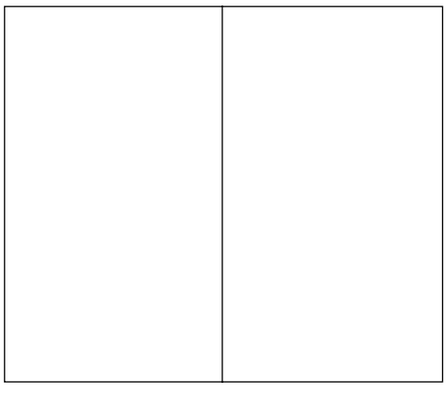
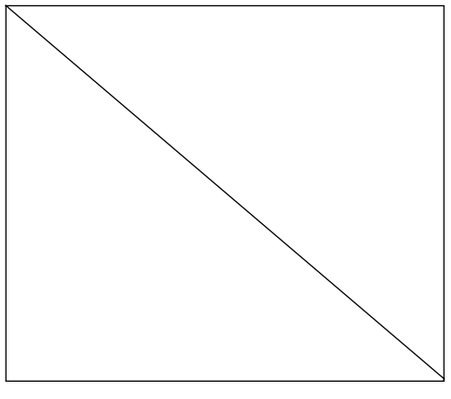
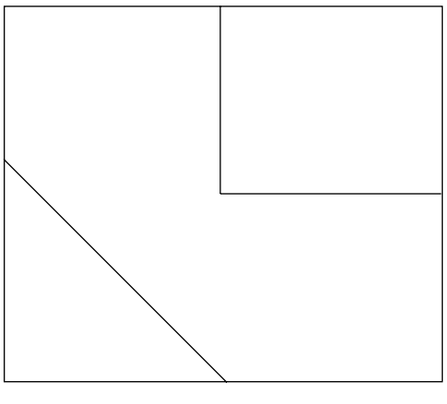
- A la hora de relacionarnos con otras personas todos tenemos una serie de derechos básicos que deben ser respetados.
- La tolerancia hace referencia a conductas de consideración y respeto hacia las opiniones, conductas y derechos de los demás.
- Las distintas formas de reaccionar ante situaciones en las que somos víctimas de la intolerancia de otros va desde las conductas pasivas a las conductas agresivas.
- Las conductas adecuadas a la hora de defender nuestros derechos se encuentran en el medio de ese continuo y hace referencia a la defensa de los propios derechos de una forma directa, honesta y apropiada, sin violar los derechos de los demás.
- La mejor forma de resolver conflictos entre los derechos de distintas personas es por medio de la cooperación.

Tarea para casa

Recoger información sobre actividades de ocio.

Apéndice 1

Características del estilo de respuesta pasiva, adecuada (asertiva) y agresiva

		PASIVA	ASERTIVA	AGRESIVA
Conducta verbal	**Qué se dice**	Frases genéricas No se dice nada o se utilizan expresiones indirectas. "Quizás…", "No tiene importancia pero…"	Frases en primera persona Expresión de preferencias y ruegos "Pienso", "Siento", "Me gustaría"	Frases en segunda persona Acusaciones, críticas y exigencias "Deja de …", Harías mejor en…". "Ten cuidado"
	Cómo se dice	Tono de voz bajo. Discurso dubitativo y vacilante.	Tono de voz firme y audible Discurso calmado	Tono de voz elevado Discurso rápido y atropellado
Conducta no verbal		Contacto visual mínimo Postura corporal hundida	Contacto visual. Postura corporal firme pero relajada.	Mirada fija y agresiva Postura tensa

Apéndice 2