

EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS

Dinámica para aprender
a resolver conflictos

Herramientas para hablar, escuchar,
calmarse y encontrar soluciones



Para Primaria



EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS



TIRITAS DE LAS PALABRAS AMABLES



¿PARA QUÉ SIRVEN?

Nos ayudan a reparar las heridas que pueden causar las palabras. Sirven para pedir perdón, hablar con respeto y cuidar a los demás.



FRASES QUE CURAN

- ♥ Lo siento.
- ♥ No era mi intención.
- ♥ ¿Estás bien?
- ♥ ¿Cómo puedo ayudarte?
- ♥ Podemos hablarlo.

PRUEBA UNA TIRITA

Escribe una palabra amable que podrías usar hoy.



1

2

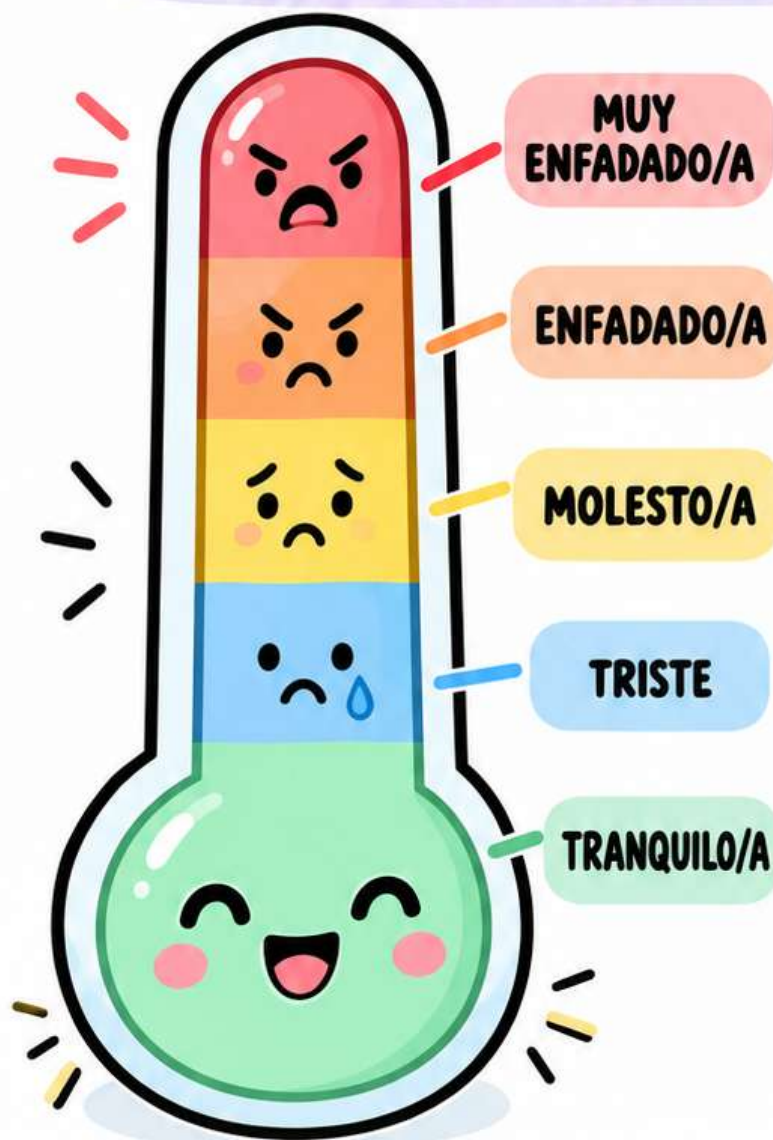
3



EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS



TERMÓMETRO DE LAS EMOCIONES



¿PARA QUÉ SIRVE?

Nos ayuda a identificar cómo nos sentimos antes de actuar. Poner nombre a la emoción es el primer paso para resolver el conflicto.



¿CÓMO ME SIENTO?

- Tranquilo/a.
- Triste.
- Molesto/a.
- Enfadado/a.
- Muy enfadado/a.

ME PARO Y PIENSO

Rodea cómo te sientes hoy y explica por qué.





GOTAS DE CALMA



¿PARA QUÉ SIRVEN?

Nos ayudan a parar, respirar y recuperar la calma antes de hablar o actuar. Cuando estamos tranquilos, podemos pensar mejor.



PASOS PARA CALMARME

- 1 Paro.
- 2 Respiro profundo.
- 3 Cuento hasta 10.
- 4 Hablo con calma.

MI MOMENTO DE CALMA

Escribe o dibuja algo que te ayuda a tranquilizarte.





EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS



LUPA DE LA EMPATÍA



¿PARA QUÉ SIRVEN?

Nos ayuda a mirar lo que ha pasado con atención y a entender cómo se siente la otra persona. Escuchar también ayuda a resolver conflictos.



PREGUNTAS IMPORTANTES



- ¿Qué ha pasado?
- ¿Cómo me siento yo?
- ¿Cómo se siente la otra persona?
- ¿Qué podemos hacer para solucionarlo?

MIRO CON EMPATÍA

Escribe una idea para demostrar empatía.



1

2

3



EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS



VENDAS DEL DIÁLOGO



¿PARA QUÉ SIRVEN?

Nos ayudan a expresar lo que sentimos sin hacer daño. Hablar con respeto permite encontrar soluciones y llegar a acuerdos.



HABLO ASÍ



Me he sentido...



Cuando ha pasado...



Necesito...



Propongo...

PRACTICO EL DIÁLOGO

Completa una de las frases anteriores.



1

2

3



RECETA DE SOLUCIONES



¿PARA QUÉ SIRVE?

Nos ayuda a pensar soluciones, elegir la mejor y cumplir un acuerdo para que el conflicto no se repita.



NUESTRA RECETA

- 1 Pensamos varias soluciones.
- 2 Elegimos una solución justa.
- 3 Cumplimos el acuerdo.
- 4 Revisamos si ha funcionado.

ELIJO UNA SOLUCIÓN

Escribe una solución que te parezca justa.



1

2

3



EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS



TARJETAS PARA PRACTICAR



Lee cada situación y piensa qué herramienta del botiquín puede ayudar a resolverla.



1

Dos compañeros quieren usar el mismo lápiz al mismo tiempo.



2

Un alumno empuja sin querer en la fila y el otro se enfada.



3

Alguien dice una palabra que hace sentir mal a su compañero.



4

Dos amigos discuten porque no se ponen de acuerdo en un juego.



5

Un compañero no quiere escuchar la explicación del otro.



6

Después de un conflicto, quieren llegar a un acuerdo para seguir jugando.





EL BOTIQUÍN DE LOS CONFLICTOS



MI RECETA PARA SOLUCIONAR EL CONFLICTO



1 ¿Qué ha pasado? :



2 ¿Cómo me siento? :



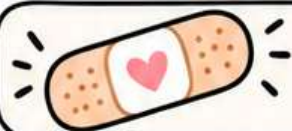
3 ¿Cómo se siente la otra persona? :



4 ¿Qué solución elegimos? :



5 Nuestro acuerdo :



Firmas: _____

Créditos y normas de uso



Actividades
de
Infantil y Primaria



Agradezco la confianza e interés en estas actividades que fueron creadas con mucho cariño y dedicación. Espero sinceramente que estos materiales les ayuden y que impacten en el aprendizaje de los alumnos y alumnas jugando, creando e innovando.

Todos los derechos reservados por [Actividades de Infantil y Primaria](#). Queda prohibido distribuir, reproducir o vender este material por cualquier medio ya sea electrónicamente o de manera impresa, así como reclamarlo como propio e intentar modificar o quitar avisos de copyright, logos o marcas de agua ya que se encuentra protegido por los derechos de autor. El incumplimiento es una violación a la Ley de los Derechos de Autor y tendrá consecuencias legales.

©opyright

Autora: María Olivares

SÍGUENOS



[@adeiyp](#)

Suscríbete en <https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/>