Las cabritas en el puente

Objetivos

- Reconocer que un conflicto es un desacuerdo normal, que no se debe evitar y que se puede resolver sin pelear.
- Practicar una secuencia sencilla para poder resolver conflictos de manera cotidiana.

Materiales

- Cinta de enmascarar o una cuerda con la que se hará el puente en el piso (de unos tres metros de largo y un pie de ancho).
- Un objeto para cargar, como una cuchara con una pelota pequeña o un vaso plástico.
- Una cartelera u hoja con los cinco pasos escritos.
- Lápiz y papel.

Tiempo sugerido:

- 30 minutos

Preparación:

- Elige un momento tranquilo, sin pantallas y un espacio en el que se puedan mover con tranquilidad.
- Marca el puente con la cinta en el piso.
- Escribe los cinco pasos en la hoja o cartelera:
  - Hago una pausa y respiro.
  - Cuento lo que pasó y cómo me siento.
  - Escucho al otro sin interrumpir.
  - Buscamos entre los dos varias opciones.
  - Elegimos una y la probamos.
- Familiarízate con el cuento antes de la actividad.

Metodología:

Momento 1 | El cuento de las cabritas

- Lee o cuenta en voz alta el cuento de las dos cabritas:

  Había un río muy hondo con un puente tan angosto que sólo cabía una cabrita a la vez. Una mañana, Brincos quiso cruzar de un lado y Motas quiso cruzar del otro. Se encontraron justo en la mitad. "¡Yo llegué primero, déjame pasar!", dijo Brincos. "¡No, yo tengo prisa, hazte a un lado!", dijo Motas. Ninguna quiso moverse. Se miraron enojadas, empujaron un poco y, ¡plaf!, las dos casi se caen al río. Se agarraron del puente, mojadas y asustadas. Entonces Motas respiró hondo y dijo: "Así no vamos a lograrlo ninguna. ¿Qué podemos hacer?". Brincos también respiró y pensó. "Yo me agacho y tú pasas por encima, y luego tú te agachas y paso yo", dijo. Así lo hicieron: primero uno, luego el otro. Los dos cruzaron, sin empujones y sin mojarse más.
- Haz pausas mientras cuentas la historia y pregunta: ¿Qué pasó cuando las dos querían pasar primero? ¿Qué cambió cuando respiraron? ¿Por qué era importante que se pusieran de acuerdo?

Momento 2 | Lluvia de salidas

- Pregunta: "¿Qué otras cosas podían haber hecho las cabritas?". Anoten todas las ideas en un papel, sin juzgar. Ayuda a agrupar:
  - Turnarse (primero uno, luego el otro).
  - Ceder (uno deja pasar al otro hoy y mañana pasa él).
  - Buscar otro camino.
  - Pedir ayuda a alguien (otro animal, un adulto).
  - Esperar a calmarse antes de decidir.
- Conversen: "¿Cuáles les parecen justas para los dos? ¿Cuáles no sirven?".
- Aclara que pelear o empujar es la salida que más daño hace.

Momento 3 | El puente de la familia

- Elijan a dos personas que van a cruzar el puente desde lados opuestos, cada una cargando su objeto. No pueden salir del puente ni soltar el objeto.
- Cuando se encuentren en la mitad, tienen que ponerse de acuerdo para pasar los dos: deben usar los cinco pasos del cartel. Los demás miran, pero no pueden ayudar.
- Cuando lo logran, todos deben aplaudir. Entre todos comentan qué paso y/o estrategia utilizaron para ponerse de acuerdo.
- Repitan con otras parejas. Todos deben participar y deben mezclarse entre rondas.
- Cuando hay niños(as) muy pequeños, pueden cruzar con un adulto que haga las veces de guía. Para adolescentes, se pueden agregar retos que hagan el juego más emocionante (en esta ronda, no pueden hablar; o solo pueden usar gestos).

Momento 3 | El desacuerdo de verdad.

- Elijan un desacuerdo cotidiano y de bajo riesgo que ocurra frecuentemente en la familia (por ejemplo, quien escoge la película para ver).
- Usen los cinco pasos del cartel para llegar a un acuerdo.
- Cuando terminen, peguen el cartel en un lugar visible y acuerden qué se puede "pedir el puente" cuando haya un desacuerdo en la familia.

Recomendaciones y preguntas útiles:

- No uses la actividad para resolver una pelea que acaba de suceder. Deja que todos se calmen antes de abordarla.
- Los adultos no deben imponer la solución ni decidir quién tiene la razón en la discusión. Su rol es el de guiar con preguntas.
- Preguntas útiles: ¿Cómo te sentías cuando ambos querían tener la razón? ¿Qué paso te cuesta más? ¿Qué pasa cuando los dos ceden un poquito? ¿Si alguien usa golpes o violencia para resolver el conflicto, qué debemos hacer?