



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS**  
**TALLER N.º 8**  
**BIENESTAR ESTUDIANTIL**  
**PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020**  
**Julio de 2020**



*Quédate en casa*

ORIENTACIONES PARA CONTINUAR FORTALECIENDO TU PROYECTO DE VIDA.

Habilidad General: COMUNICACIÓN POSITIVA

Habilidad Específica: MANEJO DE CONFLICTOS

GRADOS: 8°.

## EL TERCER LADO

(Mediar entre dos amigos para que no se hagan daño)

### Los terceros en los conflictos<sup>9</sup>

Los terceros son todas aquellas personas que no forman parte del conflicto pero que a veces están cerca y pueden hacer cosas que mejoran o empeoran la situación. William Ury es un investigador de la Universidad de Harvard en Estados Unidos, experto en mediación de conflictos. Él hace la siguiente analogía con respecto a lo que debe ser la intervención de los terceros en los conflictos:

“El sistema inmunitario (o inmunológico) del cuerpo es una buena analogía para el tercer lado. Cuando una célula es atacada por un virus, envía una alarma química que despierta las dendritas que duermen en todos los tejidos. Las dendritas, a su vez, movilizan las células T, que se lanzan al rescate. Si las células T corresponden aproximadamente a la policía y a los custodios del orden en el mundo, las dendritas serían la comunidad circundante, a la que hay que despertar para que detenga el conflicto destructivo. El tercer lado sirve entonces como una especie de sistema inmunitario social que impide la difusión del virus de la violencia” (Ury, 2000, p.35).

---

¿Qué podemos hacer como “tercer lado” para “enfriar” los conflictos, es decir, evitarlo frenar la agresión?

---

---

---

---

---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N° 8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



## Cuatro pasos... Una mediación

1

Presenta las reglas

- Cada uno tendrá su turno para hablar.
- Cada uno debe escuchar al otro.
- No usarán agresión de ningún tipo.
- La conversación es confidencial.
- Se esforzarán para calmarse y buscar alternativas.
- El papel del mediador será facilitar que conversen.

2

Escucha la versión de cada uno

- Pide que cada uno te cuente: ¿qué pasó?
- Haz preguntas para aclarar y profundizar.
- Reconoce y calma sus emociones.
- Identifica qué quiere o necesita cada uno.
- No juzgues - No muestres preferencias.

3

Pide soluciones

- Qué tiene que hacer cada uno: comportamientos.
- En cuánto tiempo.
- Pregunta si están de acuerdo.

4

Pide soluciones

- Recuerda que tú no das ni sugieres soluciones.
- Pide que cada uno piense y sugiera soluciones.
- Escuchen las soluciones.
- Pide que elijan una solución gana-gana.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS**  
**TALLER N.º. 8**  
**BIENESTAR ESTUDIANTIL**  
**PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020**  
**Julio de 2020**

PROYECTO DE VIDA



## ¡Paseo cancelado!

### Instrucciones confidenciales para el representante de "los amigueros"

Por culpa de "los estudiosos", van a suspender a algunos de nosotros y le van a cancelar el paseo a todo el salón. Todos están muy disgustados con nosotros.

El viernes pasado, durante una clase, nos agarramos a golpes con los estudiosos. Ellos nos odian porque una chica de su grupo estaba de novia con uno de nuestro grupo y ellos dos terminaron. Desde entonces, ellos no pierden oportunidad de mirarnos mal; hemos tenido algunos encontrones.

El lunes, cuando ellos estaban presentando una obra de teatro durante la hora de español, a nosotros nos dio un ataque de risa porque sonó la alarma del reloj de una de nuestras compañeras, ella se asustó, dio un brinco e hizo una cara súper graciosa. Ellos creyeron que nos estábamos riendo de su obra de teatro, entonces, cuando terminaron, comenzaron a mirarnos muy mal... y a ofendernos. Nosotros no aguantamos y nos agarramos a golpes con ellos minutos antes de que terminara la clase. La profesora se molestó mucho y habló con el director. Entonces, dijeron que iban a suspender a algunos y que todo el salón iba a perder el paseo que nos tenía muy ilusionados.

Ahora, sin embargo, parece que el director podría cambiar su decisión, ya que un profesor sugirió que un representante de cada grupo podría ir a una mediación para encontrar alternativas diferentes y justas a la suspensión, y que garanticen que no habrá más peleas entre los dos grupos.

Nosotros queremos ir a la mediación y mi grupo me nombró a mí como representante. Aunque todavía tengo mucha rabia, creo que esto es mejor que tener más problemas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N.º. 8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



Instrucciones confidenciales para el **representante de “los estudiosos”**

Por culpa de “los amigueros”, van a suspender a algunos de nosotros y le van a cancelar el paseo a todo el salón. Todos están muy disgustados con nosotros.

El viernes pasado, durante una clase, nos agarramos a golpes con los amigueros. Ellos nos odian porque uno de su grupo estaba de novio con una chica de nuestro grupo y ellos dos terminaron. Desde entonces, ellos nos miran muy mal y hemos tenido algunos choques. El lunes, cuando nosotros estábamos presentando una obra de teatro durante la hora de español, ellos se empezaron a reír de nosotros, nos hicieron desconcentrar y arruinaron la presentación. Nos dio mucha rabia; nosotros no aguantamos y nos agarramos a golpes minutos antes de que terminara la clase. La profesora se molestó mucho y habló con el director. Entonces, dijeron que iban a suspender a algunos y que todo el salón iba a perder el paseo que nos tenía muy ilusionados.

Ahora, sin embargo, parece que el director podría cambiar su decisión, ya que un profesor sugirió que un representante de cada grupo podría ir a una mediación para encontrar otras alternativas diferentes y justas a la suspensión, y que garanticen que no habrá más peleas entre los dos grupos.

Nosotros queremos ir a la mediación y mi grupo me nombró a mí como representante. Aunque todavía tengo mucha rabia, creo que esto es mejor que tener más problemas...



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS**  
**TALLER N.º 8**  
**BIENESTAR ESTUDIANTIL**  
**PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020**  
**Julio de 2020**

PROYECTO DE VIDA



Instrucciones confidenciales para el **MEDIADOR**

Hace poco, participaste en la formación de mediadores escolares. Hasta ahora no habías tenido la oportunidad de poner en práctica lo que aprendiste, pero ya llegó el momento. En un salón, hay dos grupos que han tenido algunos conflictos: “los amigueros” y “los estudiosos”. Un profesor les sugirió nombrar un representante para cada grupo e ir a una mediación para evitar ser suspendidos y que se cancele el paseo a todo el salón. Ellos aceptaron. Ahora te toca llevar a cabo la mediación y estás muy nervioso. Afortunadamente, encontraste el papel que te entregaron con los pasos del proceso de mediación. Los pasos que aparecen son los siguientes:

1. Establecer reglas claras para el proceso (No interrumpir, no atacarse ni agredirse de ninguna manera, mantener en confidencialidad la información, etc.)
2. Escuchar la versión de cada uno (No buscar culpables, sino buscar cómo cada uno contribuyó al problema; resumir las versiones; calmar sus emociones; identificar qué quiere cada uno; etc.)
3. Hacer una lluvia de ideas sobre posibles soluciones gana-gana
4. Lograr un acuerdo que favorezca los intereses de todas las partes involucradas

Llego la hora de la mediación...



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N.º 8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



#### DOS CONCEPTOS DE MEDIACIÓN:

- ✓ La **mediación** es un Sistema Alternativo de Resolución de **Conflictos**. ... Consiste en un proceso voluntario, flexible y participativo de resolución pacífica de **conflictos**, en el que dos partes enfrentadas recurren voluntariamente a una tercera persona imparcial, el **mediador**, para llegar a un acuerdo satisfactorio.
- ✓ La **mediación** es un proceso de **resolución de conflictos** en el que las dos partes enfrentadas recurren «**voluntariamente**» a una tercera persona «imparcial», el **mediador**, para llegar a un acuerdo satisfactorio.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N°.8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



*Quédate en casa*

<b>HÁBITO: 2</b>	<b>COMENZAR CON UN FIN EN LA MENTE</b>
<b>PREGUNTA</b>	¿Cuáles son los sueños o metas que me impulsan?
<b>OBJETIVO DE APRENDIZAJE</b>	Definir tu propósito y misión en la vida. Decidir qué camino quieres seguir de acuerdo a las metas que quieres lograr.
<b>TIPO DE ACTIVIDAD</b>	Individual
<b>FUENTE</b>	Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos. Sean Covey.1998
<b>TIEMPO DE LA ACTIVIDAD</b>	1 hora
<b>CONCEPTOS, DEFINICIONES</b>	<p><b>Creación Mental:</b> la primera ideación de lo que se quiere lograr.</p> <p><b>Creación Física:</b> materialización de la creación mental.</p> <p><b>Misión Personal:</b> un enunciado de misión personal expresa su sentido personal de propósito y significado en la vida. Puede ser un documento, un poema, una canción. Actúa como una constitución gobernante a través de la cual usted evalúa sus decisiones y elige su comportamiento</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N°.8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



INTRODUCCIÓN

**COMENZAR CON UN FIN EN LA MENTE.**

**Enunciados de misión: Los hábitos se encuentran en la intersección de tres componentes que se relacionan: el conocimiento, las habilidades y el deseo o actitud.** El conocimiento indica qué hacer y por qué hacerlo, las habilidades indican cómo hacer las cosas y el deseo es la motivación para lograrlas y las ganas de hacerlas. Cualquier persona que sea capaz de llevar estos hábitos en su vida cotidiana puede lograr importantes mejoras, tanto en su vida personal, familiar o social así como en cualquier organización.

**Habito 2: Tener un fin en la mente**

Toda acción es **precedida** por una meta en mente inmediata, a corto o a mediano plazo y en este caso este hábito establece la correspondencia que existe entre la creación física y la mental, es decir, primero hay una creación mental y luego por medio de la acción y la fé se materializa el pensamiento, lo cual ocurre en cualquier aspecto de la vida donde se establezca una meta para lograr una manifestación en la realidad exterior al pensamiento.

**La efectividad de este hábito muestra el liderazgo personal y satisface completamente la necesidad de encontrar un sentido a la propia existencia e iniciar todos los días con un**

**claro entendimiento de la meta establecida.** Este es el hábito de la primera creación o creación mental como hemos dicho, y resulta esencial en toda persona para entender el cumplimiento de su misión existencial. Estudios realizados acerca de tener una visión de futuro muestra que esta es una herramienta extraordinaria y como lo considera el autor Stephen R. Covey el poder que tiene una visión de futuro sobre los acontecimientos que le suceden a una persona en su vida es determinante.

La mejor forma de predecir el futuro es creándolo, el Hábito 2: Tener un fin en la mente, te enseña cómo vivir con visión, misión y propósito.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N°.8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



ENUNCIADO DE MISIÓN PERSONAL

Cinco beneficios de crear un enunciado de misión personal:

- Clarifica lo que es importante para usted.
- Proporciona enfoque
- Le ayuda a diseñar su vida en vez de que alguien se la diseñe.
- Guía sus decisiones cotidianas.
- Le da un sentido mayor de significado y propósito.

Dos formas de revisar y refinar su enunciado de Misión Personal:

- Ver los enunciados de misión de otras personas.
- Llevar un diario personal para revisar el pasado y explorar valores que son importantes para usted

Dos características clave de un enunciado de Misión Personal:

- Proporciona dirección y propósito.
- Comunica su visión y valores.

Actividad:

**Esboza tu enunciado de misión personal.** Con base en algunos ejemplos que se presentan a continuación, redacta tu enunciado de misión personal:

*Mira el ejemplo que se muestra a continuación:*



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS  
TALLER N°.8  
BIENESTAR ESTUDIANTIL  
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020  
Julio de 2020

PROYECTO DE VIDA



Mi Misión: Valorar cada día como un nuevo comienzo: Vivir cada día a plenitud: Dar el salto de Fe: Celebrar lo mejor en otros

Mi fin en la mente al final de mi vida,  
quiero ser capaz de decir:  
**“que di todo lo que tenía para dar”**

Conduzco mi vida centrada alrededor de principios de excelencia, facultamiento, crecimiento y humildad. Recuerdo lo que es importante en la vida, reconozco mis fortalezas y las de otros y consistentemente trabajo para lograr un “yo” mejor equilibrado,

Reír a menudo y amar mucho; ganar el respeto de personas inteligentes y el afecto de niños pequeños; ganar la aprobación de críticos honestos y sobrellevar la traición de los falsos amigos; Apreciar la belleza; Encontrar lo mejor en los demás; darse uno mismo; dejar el mundo un poquito mejor, ya sea por medio de un niño saludable, de un pedazo de jardín o de una condición social redimida; haber jugado y reído con entusiasmo y cantado con exaltación; Saber que por lo menos una vida ha respirado más fácilmente, Porque tu viviste... Esto es haber tenido éxito.  
(Ralf Waldo Emerson)

Jugar Amar

Reír

Aprender



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS**  
**TALLER N°.8**  
**BIENESTAR ESTUDIANTIL**  
**PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020**  
**Julio de 2020**

PROYECTO DE VIDA



## ENUNCIADO DE MISIÓN PERSONAL

### Cinco beneficios de crear un enunciado de misión personal:

- Clarifica lo que es importante para usted.
- Proporciona enfoque
- Le ayuda a diseñar su vida en vez de que alguien se la diseñe.
- Guía sus decisiones cotidianas.
- Le da un sentido mayor de significado y propósito.

### Dos formas de revisar y refinar su enunciado de Misión Personal:

- Ver los enunciados de misión de otras personas.
- Llevar un diario personal o revisar un diario pasado para explorar valores que son importantes para ti.

### Dos características clave de un enunciado de Misión Personal:

- Proporciona dirección y propósito.
- Comunica su visión y valores.





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS**  
**TALLER N°.8**  
**BIENESTAR ESTUDIANTIL**  
**PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020**  
**Julio de 2020**

PROYECTO DE VIDA



**MI MISIÓN PERSONAL**





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS**  
**TALLER N°.8**  
**BIENESTAR ESTUDIANTIL**  
**PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020**  
**Julio de 2020**



**Nota:**

Nadie verá estas respuestas, solo tú. No se preocupes tu resultado es solo tuyo, para reconocer tus fortalezas y también qué metas te propones para mejorar..

**EVALUACIÓN**

	Nunca					A veces					Siempre	Mi puntuación para el Hábito 2
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Empiezo mis proyectos con un rendimiento claro de los resultados deseados.												
Tengo un sentido de dirección en mi vida.												36 -40 Sumamente efectivo
Reviso y refino con frecuencia Mi Enunciado de Misión Personal.												28 -35 Efectivo
A menudo separo tiempo para reconectarme con mi visión.												16 -27 Algo Efectivo
												4- 15 No Efectivo

Responde: ¿Qué puedo hacer para vivir el Hábito 2 a un nivel más alto?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---