

MANUAL DEL INSTRUCTOR

UNA OBRA EN MARCHA: EL MANEJO DE LA IRA

ÍNDICE

Consejos para enseñar las lecciones sobre cómo llevar la vida de ARISE.....	3
Preparación para la Clase.....	4
SECCIÓN 1	
Introducción.....	6
¿Somos Agresivos por Naturaleza?.....	7
Diferentes Clases de Ira.....	9
Los Deportes y el Control de la Ira.....	11
Actividad de Repaso.....	13
SECCIÓN 2	
Introducción.....	14
El Respeto a los Demás.....	15
Cómo Escuchar y Cómo Comunicarse.....	17
Mediación.....	19
Actividad de Repaso.....	21
SECCIÓN 3	
Introducción.....	22
No Dejes que la Ira Controle tu Vida.....	23
Abusadores, Presión de los Compañeros y Cómo Evitar Peleas.....	25
Cómo Controlar la Ira Empleando el Lenguaje Corporal.....	27
Actividad de Repaso.....	29
Vale la Pena Recordar.....	30

UNA OBRA EN MARCHA: EL MANEJO DE LA IRA

ÍNDICE (CONT.)

HOJAS DE TRABAJO

SECCIÓN UNO.....	33
SECCIÓN DOS.....	49
SECCIÓN TRES.....	71
Vocabulario.....	91
Carta a los Estudiantes de ARISE.....	93
PRUEBAS, EVALUACIÓN, RESPUESTAS	
Respuestas de las Hojas de Trabajo.....	94
Pruebas y Evaluación.....	96
Respuestas de las Pruebas y de la Evaluación.....	102

NOTA A LOS INSTRUCTORES

Por favor, copie la Lista de Vocabulario de las páginas 61 y 62 del Cuaderno del Participante o en las páginas 90 y 91 de este manual.

1

¿SOMOS AGRESIVOS POR NATURALEZA?

DIFERENTES CLASES DE AGRESIÓN

Hoja de Trabajo: Páginas 33 y 34 **Cuaderno del Participante:** Páginas 3 y 4

1. Explique a los participantes que un comportamiento agresivo consiste en una acción enérgica, directa. En ocasiones, ese comportamiento puede ser positivo, pero por lo general da malos resultados, es decir, consecuencias negativas.
2. Pídale a todos que ofrezcan ejemplos de agresión positiva. Algunos casos pueden ser: *tomar el control de una situación, intervenir y resolver un problema, o parar una pelea*. Escríbalos donde todos los puedan ver. Entonces pida que citen casos de agresión negativa como: *comenzar una riña, gritar, o perder los estribos*.
3. Comparta con los presentes las definiciones de la página 33 de este manual o la página 3 del cuaderno. Entonces organice grupos pequeños que completen la página 34 de este manual o la página 4 del Cuaderno del Participante. Discuta las respuestas con ellos cuando todos hayan terminado.

INTERPRETACIÓN DE UN PAPEL: ¿SE APRENDE A SENTIR IRA?

Hoja de Trabajo: Página 35 **Cuaderno del Participante:** Página 5

1. Ponga a los presentes a actuar las situaciones de la página 35 de este manual o la página 5 del cuaderno.
2. Cuando todos hayan terminado, pida comentarios acerca de lo que vieron. *¿Qué habrían hecho en cada situación? ¿Habrían actuado de un modo diferente?*

TIRA CÓMICA SOBRE UN AMBIENTE DE IRA

Hoja de Trabajo: Página 36 **Cuaderno del Participante:** Página 6

1. Proponga a los participantes que elijan un personaje de las tiras cómicas. En los primeros dos cuadros, haga que lo dibujen en una situación de ira. Por ejemplo: 1) Chocó el carro; 2) Le dio un puñetazo a la pared. En los últimos dos cuadros deben mostrar cómo el personaje podría reaccionar de un modo más positivo.
2. Una vez que todos hayan terminado, haga que cada uno muestre y analice su trabajo. Entonces pida al grupo que piensen en cambios que se pueden hacer en el ambiente del hogar para reducir la violencia y la agresión negativa.

AGRESIVO:
Enérgico y directo;
rápido para actuar. Una conducta
agresiva puede dar buenos resultados,
pero con más frecuencia es negativa.

PASIVO:
No es activo, no reacciona,
no ofrece resistencia.



LA AGRESIVIDAD

Contesta las preguntas que aparecen a continuación. No te preocupes por la gramática o la ortografía. Lo importante es que participes.

1. ¿Crees que las personas vienen al mundo siendo iracundas o violentas? ¿Por qué? ¿Por qué no? ¿Es importante que sean así? _____

2. ¿Consideras que la agresividad dañina se aprende? ¿O consideras que las personas nacen siendo violentas? ¿Por qué? _____

3. Según tu parecer, ¿cuándo y dónde aprenden las personas a tener un comportamiento agresivo dañino? _____

4. ¿Un comportamiento agresivo positivo deja ocasionalmente recompensa? ¿Qué clase de comportamiento puede ser? _____

5. ¿Qué clase de recompensas resultan de actuar de manera agresiva positiva? _____

¿SE APRENDE LA IRA?

1. El padre de Juan se enoja cuando llega a casa y su cena no está lista. Empieza a lanzar papeles y sillas por todo el cuarto. Juan tiene apenas 10 años de edad, y admira a su padre.
2. Lina es la hija menor de la familia. Su mamá trabaja en el turno de la noche en el hospital. Cuando llega a casa se toma un par de vasos de ron con Coca-Cola para sentirse con alientos para atender los quehaceres del hogar. Tiene poca paciencia con sus hijos, que dejan tirados la ropa y los juguetes por todas partes. La madre de Lina la golpea cuando el cuarto está en desorden y la regaña a gritos por su descuido.

**¿Qué harías tú en cada uno de estos casos si fueras el padre o la madre, o si fueras el pequeño?
¿Crees que estas personas tratarán de igual manera a sus hijos?**



EL AMBIENTE DE LA IRA

Dibuja una tira cómica en la que las personas actúen agresivamente y en forma dañina. No todos nacemos siendo grandes artistas. Haz lo mejor que puedas, de modo que te sientas satisfecho.

MÁSCARA DE UNA TRIBU

