



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

## Emociones Conexión vital

### Conexión emociones

*Competencias socioemocionales para  
el desarrollo integral y la salud mental  
de niños, niñas y adolescentes*

Secretarías de Educación

# Módulo 2

## Cuatro historias

### Momento 3 - Reto de equipo

#### Un paseo en bicicleta

Alex se marcha el fin de semana al pueblo de sus padres. El grupo de amigas y amigos decide dar una vuelta en bicicleta. Alex coge la bicicleta de su casa y al despedirse de su madre, esta le dice que no debe ir por la zona de las vías del tren, ya que esto es muy peligroso porque pasan trenes a gran velocidad. La pandilla da una vuelta por el pueblo y de pronto deciden dirigirse hacia las vías del tren. ¿Qué decide hacer Alex? ¿Sigue las indicaciones de su madre o va con sus amistades a las vías?

Tomado de: <https://cuentosparacrecer.org/blog/aprender-a-tomar-de-decisiones/>

#### El conflicto real

Aitor Moreno, 9 años

Había una vez un castillo muy grande y bonito, en el que vivía la familia Real. Aquella familia la formaban el rey Gonzalo, la reina Alicia, el príncipe Roberto y su hermano Raúl. Roberto y Raúl eran ese tipo de hermanos que siempre se estaban peleando por quién era el más fuerte y el más machote. Una bonita tarde de mayo, la familia Real fue a dar un paseo en carroza por el pueblo. A la reina Alicia se le ocurrió tirar monedas a la gente para que pudieran comprar ropa y comida. La familia Real estaba bien a gusto en su carroza blanca, mientras un grupo de hombres se apelotonaba alrededor de una monedita de plata, a la reina Alicia se le cayó una bolsita pequeña de monedas de oro sin darse cuenta. Raúl sí se dio cuenta y se inclinó para coger la pequeña bolsa, pero su hermano Roberto lo vio y fue a cogerla más rápido que Raúl. Roberto y Raúl se pusieron a discutir sobre quién se quedaba la bolsita, hasta que Raúl le dijo ya muy enfadado:

-¿Por qué me arrebatas la bolsita? ¡Yo la vi primero!

Raúl ya estaba cansado de que su hermano le quitara el protagonismo, así que le pegó tal empujón que tiró a Roberto de la carroza. Roberto cayó al suelo de bruces y tuvieron que llevarle al médico del pueblo. Cuando la familia volvió al castillo, la reina Alicia no dijo nada de lo enfadada que estaba, pero el rey Gonzalo le echó una bronca a Raúl que casi se oyó hasta en el pueblo. Raúl se fue a su cuarto a pensar en lo que había hecho y lo que podría hacer para solucionar el conflicto con su hermano. Después de 2 o 3 horas encerrado en su cuarto, Raúl ya lo había pensado: iría al médico a hablar con Roberto sobre el conflicto. Raúl intentó decírselo a sus padres, pero pensó que estarían demasiado enfadados como para decirles que se iba, así que decidió escaparse. Cogió un billete de 2 dólares y esperó en la parada del autobús. Cuando este llegó, Raúl se subió, le dio el billete al conductor y se sentó en su butaca.

Después de 20 minutos, Raúl ya estaba plantado delante de la puerta del médico. Así que entró en el centro de salud. Su hermano estaba tumbado en una camilla con la nariz vendada en la sala 19. Raúl cogió una bocanada de aire y le dijo a su hermano Roberto: Mira, Roberto. Yo solo quería que entendieras que yo también tengo valor. Ya sé que tú también lo tienes, sobre todo cuando somos príncipes. He venido a hablar contigo sobre nuestro comportamiento. Perdóname por haberte pegado, me arrepiento de actuar así. Roberto se quedó sin palabras. Nunca había escuchado algo semejante de su hermano. Lo único que podía decir era: Claro que te perdono. Reconozco que siempre he querido llamar la atención y no siempre lo he hecho de la mejor forma. Los dos hermanos se apretaron fuerte en un abrazo. Cuando Roberto ya estuvo curado, se fueron al castillo y Roberto le dijo a sus padres: ¡Mamá, Papá! Raúl y yo ya hemos solucionado el conflicto de ayer. Hemos hablado como nunca antes lo habíamos hecho y de verdad creo que no volverá a ocurrir. Sus padres se pusieron muy contentos y para celebrarlo, montaron una fiesta. Y así es como aquella pareja de hermanos nunca más volvieron a pelear y, aunque tuvieran opiniones contrarias, los dos aprendieron a entenderse. Y colorín colorado, en este cuento se ha mediado.

Moreno, A. (2016). *Cuentos de mediación*. Educando en la gestión positiva de conflictos. El conflicto real.

## Luchar o tomar el té

Esta historia la hizo famosa un profesor universitario de Inglaterra, porque durante toda su vida se la estuvo contando a sus alumnos como una fantástica lección de vida.

Este profesor sirvió al ejército inglés durante la Segunda Guerra Mundial. Le tocó trasladarse a Birmania y luchar contra los japoneses.

- Resulta que su batallón fue rodeado por el enemigo en plena jungla. Uno de los exploradores le avisó al capitán:

- Señor, he visto hombres alrededor nuestro. No tenemos escapatoria...

Todos temblaron. El profesor, que era muy joven, pensó que se acercaba el final de su vida. El capitán seguramente les ordenaría atacar para intentar huir, y lo más probable es que terminaran muriendo todos. Sin embargo, el capitán hizo algo totalmente imprevisto. Miró su reloj y simplemente dijo:

- Señores, son las cinco, **la hora del té**.

Todos los soldados se miraron extrañados, pero debían obedecer, así que se prepararon el té y se sentaron con tranquilidad a degustar la bebida. Al cabo de un rato, el explorador volvió y le dijo algo al oído al capitán. Este a su vez dijo a los soldados:

– El enemigo se ha movido. Cojan sus cosas que tenemos una posible salida. Y así fue cómo el soldado, luego profesor, salvó su vida, **gracias a la sabiduría y templanza de aquel hombre**, que supo esperar tranquilo a que se presentara una oportunidad mejor.

### Reflexiones sobre el relato **Luchar o tomar el té**

De ser una fábula, podríamos usar para este relato como moraleja un refrán que parece muy obvio pero que siempre terminamos olvidando: **‘Si no puedes hacer nada, no hagas nada’**.

– **¿Te sientes agobiado?** Toma el té: a veces ante un problema, nos sentimos acorralados y nos angustiamos pensando que no hay salida. Puede ser un problema grande o pequeño. Eso da igual, porque el nivel de angustia siempre dependerá de la importancia que nosotros le demos. Ante esto, lo mejor es hacer lo que hizo el capitán en esta historia: esperar. Esperar a que todo se aclare o a que estemos más tranquilos y podamos ver una salida. El protagonista de esta historia terminaba diciendo a sus alumnos que desde entonces, cada vez que se sentía acorralado o angustiado por algo, se sentaba a tomar el té. Y dejaba que pasara el tiempo, sin hacer nada.

– **En momentos de tempestad, no hacer cambios:** San Ignacio de Loyola hizo famosa una frase que expresaba la misma filosofía del capitán de esta historia. Él decía que en tiempos de turbación era mejor no hacer cambios ni tomar decisiones, ya que existían muchas posibilidades de tomar el camino equivocado. Las grandes decisiones deben hacerse en calma y con claridad. Debemos estar totalmente convencidos de que queremos hacer algo antes de hacerlo.

Tomado de: <https://tucuentofavorito.com/luchar-o-tomar-el-te-una-historia-sobre-la-resolucion-de-problemas/>

### Mi mesa cojea

Ocurrió una vez que a un colegio muy cercano llegaron mesas y sillas nuevas, y cuando los alumnos se sentaron para estrenar el nuevo mobiliario, hubo un niño que al apoyarse en su nueva mesa se dio cuenta que se movía mucho. Levantó entonces la mano y dijo: “Maestro mi mesa cojea. ¿Puedo cambiarla por otra?”. – Sí, claro, coge aquella del final-, le respondió su maestro.

Desde aquel día la mesa que cojeaba no la quiso nadie. Por ella pasaron varios años y varios cursos repletos de niños, que seguían dándole de lado porque solo veían el defecto de su cojera. Las demás mesas iban haciéndose cada vez más viejas, acumulando rayones, desconchones y hasta alguno que otro chicle, que permanecía duro y pegado en la parte de abajo, desde que en alguna ocasión se oyó al maestro decir: “¡En clase no se comen chucherías!”.

Como el tiempo había pasado y aquella mesa no la quiso nunca nadie, permanecía casi tan nueva como el primer día, solo tenía ese pequeño defecto: “su cojera”. Pero un buen día, un niño llamado Felipe se acercó a ella y pensó: “¡Qué nueva está esta mesa y qué raro que no la haya cogido nadie!”. Entonces se apoyó en ella y descubrió que cojeaba, pero en lugar de irse, como hacían todos, se agachó para ver cuál era la pata que no llegaba bien al suelo. “¡Esto lo arreglo yo en un periquete!” -Pensó a la vez que cogía un papelito- lo dobló varias veces y lo metió bajo la pata más corta. Tuvo que hacer varios intentos, hasta que por fin logró que no cojera nada.

Cuando los demás vieron que la mesa de Felipe era la que estaba más nueva de todas, se dieron cuenta de lo simple que resultó la solución que le había dado para poder disfrutar de la mejor mesa de toda la clase.

Lo curioso de esta historia es que lo mismo que le pasó a la mesa “coja” les pasa a muchos niños y niñas en los colegios. El resto de los compañeros los dejan de lado por cualquier tontería que no les agrada, al igual que dejaban de lado a la mesa. Sin embargo, solo basta hacer como Felipe, ver el problema y buscar la solución para descubrir a una gran persona o a un gran amigo al que nadie le ha dado una oportunidad, y con el que se puede disfrutar y compartir los mejores momentos de la infancia.

Tomado de: <https://www.actiludis.com/2012/02/05/cuento-corto-mi-mesa-cojea/>



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

# Emociones Conexión vital



Fundación  
**Saldarriaga  
Concha**