**PROPÓSITO:**

Identifico y supero emociones como el resentimiento y el odio, para poder perdonar y reconciliarme con quienes he tenido conflictos.

**MOTIVACIÓN:**

La comunicación es un elemento fundamental de la convivencia. La expresión clara de deseos, pensamientos y sentimientos de manera oportuna y pacífica, ayuda a prevenir conflictos que, con el tiempo, pueden ser muy difíciles de solucionar. Es necesario procurar una comunicación abierta y reflexiva en las relaciones cotidianas, de modo que cada persona logre mantener la calma y controlar la rabia.

1. Observe con atención el siguiente video, y elabora un comentario (o reflexión) sobre el video.

2. Alguna vez has perdonado? Cómo se sintió después de ésto?

3. Consideras importante perdonar? si/no? Por qué?

**EXPLICACIÓN:**

El Perdón es la acción y el resultado de perdonar. Se puede perdonar, entre otras cosas, una ofensa (por ejemplo, un insulto), una pena (cadena perpetua, arresto domiciliario...), una deuda (por ejemplo, económica). También es la indulgencia o la remisión de los pecados.

El perdón se suele considerar un valor humano. El perdón puede servir por un lado, al ofensor para liberarse de la culpa y por otro lado, para que el ofendido se libere de posibles sentimientos de rencor. El perdón no siempre implica que el ofensor no tenga que compensar de algún otro modo su error.

Se suele valorar el hecho de saber perdonar, aunque también el saber pedir perdón, porque implica de algún modo, reconocer la culpa y el daño cometido a la otra persona. En Psicología, ambas acciones se consideran capacidades del ser humano, que también suelen tener efectos terapéuticos positivos.




La **reconciliación** significa la reconquista de la amistad, el amor y el entendimiento entre dos o más partes que se encuentran enfrentadas. ... La **reconciliación** rescata las capacidades provenientes del perdón y el entendimiento de los hechos y restableciendo las capacidades afectivas.




**EJERCICIOS:**

“Todos en algún momento de la vida hemos necesitado ser perdonados o perdonar”.

1. Observa las imágenes y responde en tu cuaderno las siguientes preguntas. Prepárate para participar en clase.