

Odio, Perdón y Reconciliación :

Motivación:

- Que observa en la imagen o video:

En el video vemos como una niña está dolida por la traición de su amiga, pero luego ella viene a disculparse, y al final se perdonan, demostrando que siempre hay que saber perdonar sin importar que tan grande sea el daño.

Ejercicios:

- ¿El maltrato intrafamiliar puede generar odio en las personas afectadas?

Si, porque les queda el rencor a las personas del maltrato que han sufrido.

- ¿Como pueden Romelia y sus hijos superar las consecuencias del maltrato de que fueron víctimas?

Construye un final diferente para la historia de esta familia.

Para mí un final bueno seria que la chica Romelia gane la denuncia, lleven preso a Roque para que al fin la familia pueda vivir tranquila.

• De acuerdo con los conceptos anteriores:

• ¿Por qué el odio es un sentimiento negativo?

Porque te hace sentir y pensar cosas malas hacia los demás.

• ¿Qué características del arrepentimiento hubieran cambiado el final de la historia?

Si Roque se hubiera arrepentido de lo que hizo y cambiara de actitud puede que todo terminara mejor.

• Elegir simultáneamente uno de los finales compartidos.

Actividad

1. Elaborar un esquema conceptual de odio, rencor y reconciliación:

Características:

El odio es un sentimiento intenso de repulsa hacia alguien o algo que provoca el deseo de rechazar o eliminar aquello que genera disgusto; es decir, sentimiento de profunda antipatía, disgusto, aversión, enemistad o repulsión hacia una persona, cosa o fenómeno.

Odio, rencor y reconciliación

similares

Antipatía

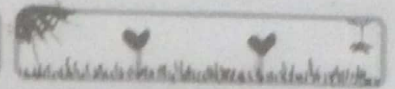
Desprecio

Venganza

Repulsión

≠

Amon



Es muy difícil de controlar por su intensidad.

Mantener este sentimiento durante un tiempo prolongado provoca la aparición de problemas psicológicos e incluso físicos crónicos, tales como estrés, ansiedad, insomnio, pensamientos obsesivos, problemas de agresividad, debilitación del sistema inmunitario, etc.

¿Por qué surge el odio? :

Cuando la persona percibe que de forma continuada alguien daña directamente a su figura, bien sea física o psicológicamente.

Cuando sientes que alguien es responsable o culpable de alguna situación negativa que hayas podido experimentar.

Tras una ruptura en una relación, muerte de un ser querido, etc.

Cuando tenemos baja autoestima o sentimientos de inferioridad y envidiamos lo que otros tienen o son, es posible que se abe por generar cierto sentimiento.

2. Define el concepto de perdón y rencor :

Perdón : para mí perdonar es como olvidar el daño que te hacen o uno hace, o simplemente dejar atrás las ganas de vengarte y superar.

Rencor : es un sentimiento de resentimiento, hacia alguien o algo, o un cierto odio, repulsión, etc.

3. Escribe los pasos para abandonar el rencor :

1. Toma una perspectiva distante.
2. Si es posible, entra en contacto con esa persona.
3. Redirige las frustraciones.
4. Gestiona bien tu atención.

MARFIL

5. Refuerza tus amistades.

Identifica qué necesita sanar y quién necesita ser perdonado.

4. Qué es y como se lleva a cabo la reconciliación en Colombia.

Se concluyó que la reconciliación era esencial para nuestro país y que había varios mecanismos para impulsarla. También se señaló la importancia que tienen en los procesos de reconciliación, el mejoramiento de las condiciones de vida de los más vulnerables, las conexiones entre el mundo urbano y rural, el trabajo con las poblaciones más marginadas y estigmatizadas y la construcción de confianza.

Con esas conclusiones, Reconciliación Colombia diseñó una plataforma de programas inicial orientada a fortalecer los proyectos de reconciliación liderados por las comunidades y a conectar esos proyectos con el mundo urbano y empresarial.

De manera particular, en Colombia, el diálogo, la compensación por el daño, la voluntad de las partes y la mediación de un tercero son condiciones necesarias para que se generen escenarios de reconciliación.

Evaluación:

¿Qué aprendió?

Sobre el odio, porque lo sentimos, como superarlo y sus consecuencias.

¿Qué le gustó?

Ver los videos.

¿Qué se le dificultó?

El mapa conceptual.