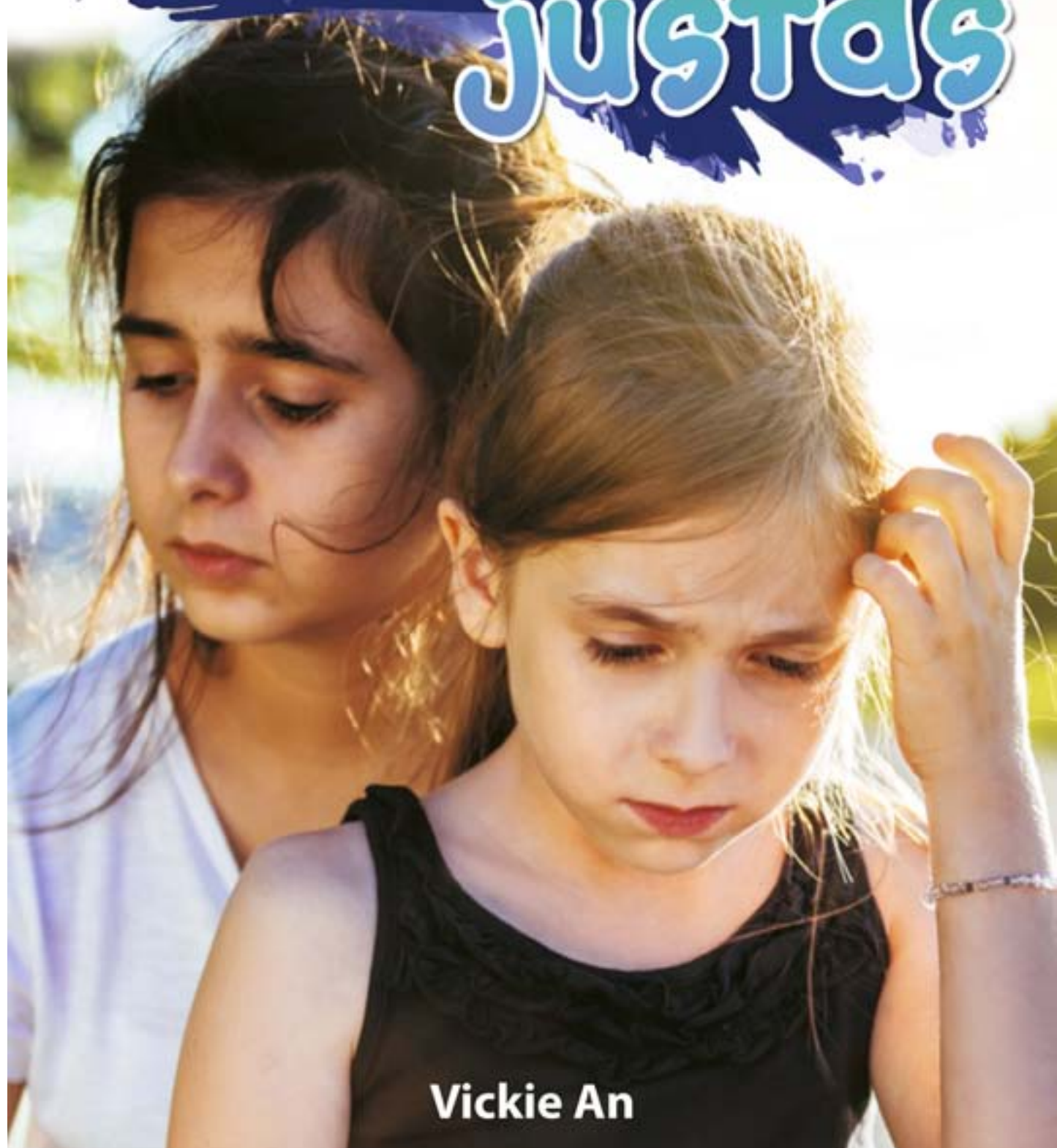


**TIME**  
FOR KIDS

Palabras correctas

# DISPUTAS justas



Vickie An

## Créditos de publicación

Rachelle Cracchiolo, M.S.Ed., *Editora comercial*  
Conni Medina, M.A.Ed., *Gerente editorial*  
Nika Fabienke, Ed.D., *Realizadora de la serie*  
June Kikuchi, *Directora de contenido*  
Caroline Gasca, M.S.Ed., *Editora*  
John Leach, *Editor asistente*  
Sam Morales, M.A., *Editor asistente*  
Lee Aucoin, *Diseñadora gráfica superior*  
Sandy Qadamani, *Diseñadora gráfica*

TIME FOR KIDS y el logo TIME FOR KIDS son marcas registradas de TIME Inc. y se usan bajo licencia.

**Créditos de imágenes:** pág.10 dpa picture alliance/Alamy Stock Photo; pág.13 Cultura RM/Alamy Stock Photo; pág.16 Jessica Antola/Contour por Getty Images; pág.20 Dinodia Photos/Getty Images; pág.21 Meibion/Alamy Stock Photo; pág.23 Library of Congress [LC-USZC4-9904]; Bas Czerwinski/AFP/Getty Images; todas las demás imágenes de iStock y/o Shutterstock

Todas las empresas y los productos mencionados en este libro son marcas registradas de sus respectivos propietarios o creadores y solo se utilizan con fines editoriales; el autor y la editorial no persiguen fines comerciales con su uso.

**Teacher Created Materials**

5301 Oceanus Drive  
Huntington Beach, CA 92649-1030  
<http://www.tcmpub.com>

**ISBN 978-0-7439-1992-0**

© 2018 Teacher Created Materials, Inc.

# Contenido

¿Qué significa ser justo? .....	4
Comparte tus sentimientos.....	6
Piensa en soluciones .....	14
¡Problema resuelto! .....	26
Glosario .....	28
Índice.....	29
¡Échale un vistazo! .....	30
¡Inténtalo!.....	31
Acerca de la autora.....	32



# ¿Qué significa ser justo?

¿Cuál es tu juego preferido durante el recreo? El de Jeremías es el baloncesto. Cuando suena el timbre, él sale corriendo a buscar un balón antes de que no quede ninguno. Pero hoy, Jeremías y Noé toman el último balón al mismo tiempo.

— ¡Yo llegué primero! — dice Jeremías.

— ¡No, yo llegué primero! — contesta Noé. Le **arrebata** el balón y corre en dirección a la cancha—. ¡Eres demasiado lento!

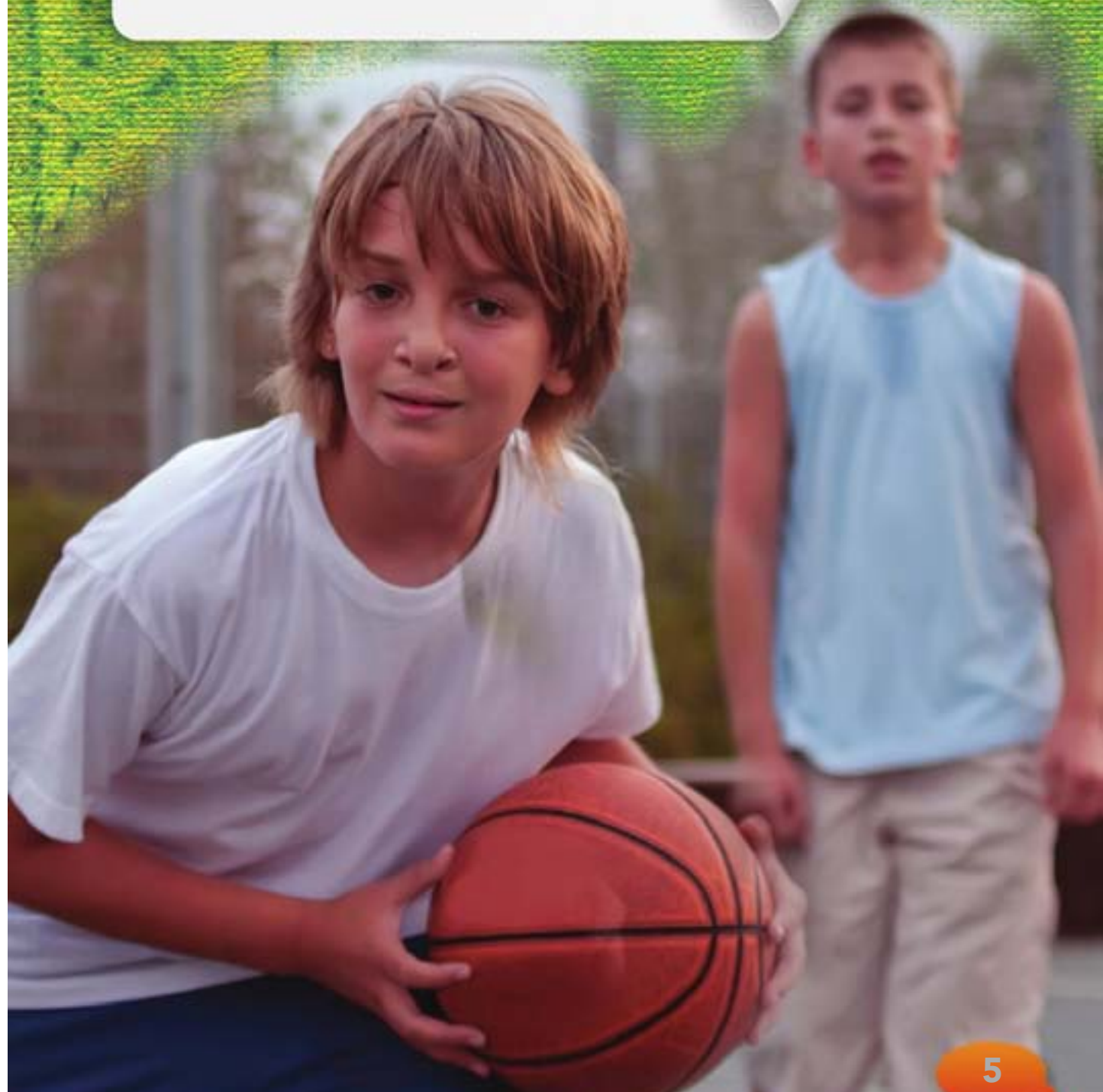
— ¡No es justo! — grita Jeremías.

## Reaccionar de la manera correcta

¿Alguna vez creíste que te estaban tratando de forma injusta? A veces, estos sentimientos surgen cuando no estamos de acuerdo o cuando las cosas no son como deseamos. Pero la forma en que reaccionamos ante los conflictos puede marcar la diferencia a la hora de resolver los problemas. Sobre todo, lo más importante es que sea una disputa justa.

## Definición de “justo”

Ser justo puede significar muchas cosas. Puede significar respetar las reglas o tratar a los demás como queremos que nos traten a nosotros. Puede significar compartir o dar a todos las mismas oportunidades. Una disputa es justa cuando el problema se resuelve con amabilidad y respeto.



# Comparte tus sentimientos

Cuando no estamos de acuerdo con los demás, seguramente después tengamos sentimientos negativos. Es normal sentirse herido o enfadado. También es importante comprender el porqué. ¿Qué sientes que es injusto? Piensa qué es lo que te molesta. Luego comparte tus sentimientos.

## Reglas básicas para una disputa justa

Sigue estas reglas para que las discusiones sean justas. Primero, debes mantener la calma. ¿Te sientes nervioso? Respira profundo, cierra los ojos y cuenta en forma regresiva del 10 al 1. Si calmas la mente, evitarás decir cosas de las que puedas **arrepentirte** o no puedas retractarte.

## Deja salir tu enojo

No es bueno reprimir el enojo. ¡Podrías estallar! Cuando estás molesto, puedes tener ganas de gritar, de pegar o de romper algo. En cambio, haz unos saltos de tijera o corre para liberar algo de energía negativa. ¡O baila para quitarte el enojo!



**You've Just Finished your Free Sample**

**Enjoyed the preview?**

**Buy: <http://www.ebooks2go.com>**