

<i>Introducción: Advertencias prácticas</i> .....	5
---	---

## **CAPÍTULO 0. CÓMO APARECEN LOS CONFLICTOS**

1. La paja en el ojo ajeno .....	18
2. Egoísmo e individualidad .....	20
3. Pensamiento primitivo .....	21
4. La parte amable de la naturaleza humana .....	23
5. Cómo se origina la hostilidad .....	24
6. Nuestra vulnerable imagen propia .....	26
7. Autoestima y conflictos .....	28
8. Ofensas .....	29
9. Extralimitaciones y ataques .....	31
10. Conflictos y errores cognitivos .....	33
11. Poder, debilidad y venganza .....	37
12. Desde el pensamiento hostil hasta el ataque .....	40
Bibliografía .....	45

## **PRIMERA PARTE: UN CONTEXTO COOPERATIVO**

### **CAPÍTULO 1. JUEGOS PARA SENSIBILIZAR**

1. Diagrama del conflicto .....	49
2. Consenso sin palabras .....	51
3. Pensamiento geométrico .....	53
4. Cosas en común .....	53
5. Instantáneas .....	55
6. Tríos creativos .....	56
7. Marginados .....	57
8. Carta a un extraterrestre .....	58
9. Conflictos, ¿y ahora qué? .....	60
10. Proverbios y refranes sobre el tema agresión .....	61

11. Intuición o prejuicio .....	62
12. Preferencias y aversiones .....	63
13. Biografía .....	65
14. ¿Dónde te encuentras tú? .....	67
15. Mapa personal .....	68
16. Sociedad cerrada .....	69
17. Conceptos centrales .....	72
18. Centrarse en el tema .....	73
19. Ángel de la guarda y enemigo .....	74

## **CAPÍTULO 2. COMPRENSIÓN**

20. Contar hasta 21 .....	76
21. Escuchar creativamente .....	77
22. Escuchar espalda contra espalda .....	78
23. Llamada telefónica .....	79
24. Diálogo meditativo .....	80
25. Una historia, seis autores .....	82
26. Gemelos .....	83
27. Entrevista palabra a palabra .....	85
28. Una historia en una palabra .....	86
29. ¡Stop! .....	88
30. El grupo como reflejo .....	89
31. ¿Quién es sospechoso? .....	90
32. Manos que hablan .....	92

## **CAPÍTULO 3. INTEGRAR SENTIMIENTOS**

33. Saludo emocional .....	94
34. Leer en el rostro .....	95
35. Adivinar sentimientos .....	96
36. Emociones .....	97
37. Espacios emocionales .....	98
38. Los sentimientos son contagiosos .....	100
39. Ánimo colectivo .....	100
40. Estatuas de una exposición .....	101
41. Formar y ser formados .....	102
42. De la estatua a la acción .....	103
43. Reflejar al compañero .....	104
44. Reflejar la voz .....	106

45. Reflejar la voz y el cuerpo .....	106
46. Reflejar el rostro .....	107
47. La voz de su amo .....	108
48. Encontrar la propia voz .....	109

#### **CAPÍTULO 4. TRABAJO EN CONFIANZA**

49. Campo de minas .....	110
50. Apretón de manos a ciegas .....	111
51. Vuelo nocturno .....	112
52. Casi un acróbata .....	113
53. ¡Sostenme! .....	114
54. Transporte creativo .....	115
55. Confianza ciega .....	116
56. Formar un círculo .....	117
57. La cobra de cristal .....	118
58. Reencontrar las manos .....	119
59. Tubos de órgano .....	119
60. Caer .....	120
61. Narrar una historia .....	122
62. Inspección .....	123

#### **CAPÍTULO 5. UNA PERSPECTIVA CREATIVA**

63. Valores y criterios .....	125
64. Dos secretos .....	127
65. Ubicar conflictos .....	129
66. Crear máquinas temáticas .....	131
67. Monólogos y entrevistas .....	134
68. Escuchar y discutir .....	136
69. Entrar .....	137
70. Marcharse .....	138
71. Deseos importantes y negativas taxativas .....	139
72. Bajo ningún concepto .....	141
73. Proceso judicial .....	144
74. Espíritu de grupo .....	146
75. El periódico .....	147

## SEGUNDA PARTE: JUGANDO CON FUEGO

### CAPITULO 6. AGRESIÓN Y PROVOCACIÓN

76. Sensibilidades 1 .....	151
77. Provocación .....	152
78. Mantener el equilibrio .....	155
79. Del trance al pánico .....	157
80. Pérdida de la imagen .....	159
81. El tono hace la música .....	160
82. Voz y energía .....	161
83. Sensibilidades 2 .....	163
84. Prejuicios y agendas ocultas .....	164
85. Ira .....	166
86. Bandas agresivas .....	167
87. La ira de los subyugados .....	169
88. Ritual de hostilidad entre los sexos .....	171
89. Posiciones del poder .....	174
90. Una muerte anunciada .....	175
91. Poder, impotencia y fuerzas internas .....	177
92. Estatuas del poder .....	178
93. Poder personal y formal .....	179
94. Autoconfianza .....	180
95. ¡Bestial! .....	182
96. Sumisión .....	185
97. Privilegiados y no privilegiados .....	186
98. Auge y ocaso de los vampiros .....	187
99. Mercado de esclavos .....	188
100. Samurai kamikaze .....	189
101. Aikido .....	191
102. Dominación y sumisión .....	192
103. Ser fuerte y no ganar .....	194
104. Reunir y ganar adeptos .....	195

### CAPÍTULO 7. RECHAZO Y FRUSTRACIÓN

105. Sobrar .....	197
106. Proyecciones y estereotipos .....	197
107. Diálogo primitivo .....	201

108. Dístico para el grupo .....	203
109. Pensar mal .....	203
110. Mi enemigo .....	204
111. Comprende a tu enemigo .....	206
112. Marginado .....	207
113. Hostilidad .....	208
114. Enigma .....	210
115. Dos revelaciones .....	212
116. Aceptar o rechazar .....	214
117. Subgrupos enigmáticos .....	216
118. El informante .....	218
119. Rechazo .....	219
120. Cazarrecompensas .....	220
121. Secuestrado por rebeldes .....	222
122. Invitación sin palabras .....	223
123. Experimentos con tríos .....	225

## **CAPÍTULO 8. DIFERENCIAS Y ENFADOS**

124. El test del auto-enfado .....	228
125. El significado del enfado .....	230
126. Tensiones en la familia .....	231
127. Tensiones en la sociedad .....	233
128. Cómo se aprende el enfado .....	234
129. Guerra familiar .....	235
130. Imágenes del sentimiento .....	236
131. Enfado y heridas .....	237
132. ¿Qué subyace al enfado? .....	238
133. Debate con consejero .....	240
134. Soportar enfados ajenos .....	242
135. El maestro sabio .....	243
136. Adán y Eva .....	246
137. Heridas, enfados y violencia .....	248
138. Drama a tres bandas .....	250
139. Cóctel molotov .....	255
140. Los reproches no ayudan .....	256

## **CAPÍTULO 9. NEGOCIAR**

141. Negociar a tres bandas .....	262
142. Reglas de grupo .....	265

143. Hacer visible el texto subyacente .....	267
144. Compartir y elegir .....	268
145. Métodos para solucionar conflictos .....	269
146. Ambas partes tienen razón .....	271
147. Dos reglas básicas .....	272
148. Tres estrategias para un diálogo constructivo .....	275
149. Autocontrol .....	277
150. Pensamientos secretos .....	281
151. Pensamientos positivos y negativos .....	283
152. Yo-Afirmaciones .....	285
153. Negociar sin perdedores .....	287
154. Escuchar activamente .....	290
155. Mediación-Ritual de reconciliación .....	291
156. Atreverse a mediar .....	293
157. Mediación, el arte de la conciliación .....	294

## **CAPÍTULO 10. CONFLICTOS EN Y ENTRE GRUPOS**

158. Aceptar las diferencias .....	296
159. Hot-Seat-Ritual .....	297
160. El arte de la confrontación .....	299
161. Confrontación paso a paso .....	300
162. Confrontación para tímidos .....	303
163. Ritual «FBI» .....	305
164. Mi papel, tu papel .....	306
165. Agradecimiento .....	308
166. Análisis de los roles .....	309
167. Ritual de solución de problemas .....	312
168. Conflictos y bloqueos .....	314
169. Agendas ocultas .....	317
170. Crítica y autocrítica .....	318
171. Crear un grupo integrado .....	319
172. Ambiente del grupo .....	321
173. El iceberg .....	322
174. Obligaciones .....	323
175. Imagen de grupo metafórica .....	325
176. Amigos, enemigos y nosotros mismos .....	327
177. Conflicto entre grupos 1: el color del dinero .....	328
178. Conflicto entre grupos 2: la lucha electoral .....	332
179. Conflicto entre grupos 3: la expedición .....	336