



TÍTULO
CUENTA CONMIGO, ¿VALE?

AUDIOVISUAL
<http://hyperurl.co/1wdlq8>



VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR
Habilidades de autoafirmación

ÁREA CURRICULAR
Lengua Castellana y Literatura

CONTEXTO ESCOLAR
Prevención del acoso escolar

EDAD RECOMENDADA
De 14-16 años

SINOPSIS
María, la limpiadora del Internado Laguna Negra, ha decidido recuperar el tiempo perdido y ponerse a estudiar, aunque sea tarde. Elsa, la Jefa de Estudios, que tiene sus propios asuntos personales con María, está dispuesta a desanimarla a toda costa.

REFERENTE TEÓRICO: No son pocas las ocasiones en que somos sometidos a ataques por parte de otras personas: críticas feroces o no tanto, cuestionamiento de nuestras capacidades, o agresiones verbales directas son algunos de los posibles ejemplos y, ante ellos, siempre tenemos, al menos, tres opciones de respuesta. Quedarnos callados, responder agresivamente o defender nuestros derechos de forma asertiva. Esta última es la que llamamos autoafirmación y la que se defenderá desde las líneas de esta actividad.

RAZÓN DE SER: El alumnado tendrá la posibilidad de considerar las tres posibles maneras de reaccionar ante una agresión o provocación verbal por parte de otro. Además, deberá posicionarse respecto a cuál de ellas será la más adecuada a tener en cuenta para defenderse. Finalmente podrá ampliar sus capacidades asertivas en el terreno verbal con un pequeño pulso dialéctico que fuerce y use su ingenio con el objetivo de defender sus derechos y en definitiva, de autoafirmarse.

DESARROLLO

1ª Fase

En el Internado Laguna Negra, María, la limpiadora, decide volver a retomar los libros y estudiar, algo que no hace desde hace mucho. Para ello, aprovecha los ratos

que le va dejando su trabajo, principalmente la noche, pero algo ocurre que la desanima a seguir. Observad la secuencia para comentarlo a continuación.

- ¿Qué ha ocurrido en la situación que habéis visto?
- ¿Qué mensaje le lanza Elsa a María con palabras?
- ¿Y con su actitud?
- ¿Con cuál de los dos os quedáis?
- ¿Qué actitud y comportamiento adopta María ante el comportamiento de Elsa?
- ¿Catalogaríais la conducta de Elsa como agresiva? ¿Por qué?
- ¿Qué tiene que ocurrir para que una persona sea agresiva?

2ª Fase

Las personas, ante un ataque como el de Elsa, pueden reaccionar de tres posibles maneras:

1. *Quedándose al margen, sin intervenir, prescindiendo de defender sus derechos. (Estilo pasivo).*
2. *Siendo agresivos también (física o verbalmente), humillando, insultando, manipulando... (Estilo agresivo).*
3. *Afrontando la situación desde el entendimiento de que tenemos derechos y que hemos de defenderlos, pero sin olvidar que los demás, incluso quien nos agrede, también los tienen. (Estilo asertivo).*

Este último estilo debería ser el que usáramos en la mayor parte de los casos, relegando los otros dos para ocasiones excepcionales.

¿Podemos pensar en una situación donde podría ser más recomendable usar el estilo pasivo que el asertivo? ¿Y una donde lo más adecuado pudiera ser un cierto estilo agresivo?"

3ª Fase

Dado que existen tres posibles maneras de afrontar el ataque de Elsa, debe haber también tres finales diferentes a la secuencia que hemos visto.

Vamos a dividirnos en tres grupos, de forma que en cada

uno se desarrolle una representación de cómo podría reaccionar María si se posicionara en uno de los tres estilos. El primer grupo se encargará de reaccionar de forma pasiva (aunque de forma diferente a como han visto en la secuencia, por ejemplo, intentando defenderse pero trabándosele las palabras, sin mirar a los ojos, en voz muy baja...) El segundo se encargará de diseñar un afrontamiento agresivo y las consecuencias que podría tener para ambas y el tercero se encargará de hacer que encare la situación de forma asertiva, junto con sus posibles consecuencias.

Después de unos minutos de trabajo en grupo, se llevarán a cabo las representaciones.

NOTA:

Si el grupo es muy numeroso, se harán subgrupos (5-6 integrantes) asignando a cada uno un estilo de respuesta.

Cuando tenemos ante nosotros una situación como la que tiene María, es importante tener bien presentes nuestros derechos. Sin este primer paso, difícilmente podremos defendernos o hacernos respetar ante otros que consideran que pueden humillarnos sin más.

PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Dinámica "A ataques ingeniosos, defensas ingeniosas" Elsa usa el sarcasmo y la ironía para agredir a María. Eso nos hace pensar que, en muchas ocasiones, los ataques no son físicos, sino verbales y especialmente ingeniosos, además. En esos casos, conviene tener una mente rápida y un verbo fácil para poder responder asertivamente y de forma ingeniosa también.

Podemos hacer un juego para practicar esto. Cada uno escribirá en una tarjeta una posible manera de agredir a otro verbalmente. Esas tarjetas se concentrarán todas en una caja o bolsa para ser utilizadas a continuación.

La clase se divide en dos grupos que se colocarán en filas enfrentadas (un grupo frente a otro). El profesor se pone en medio con la caja y, por turnos, los diferentes miembros de uno y otro grupo irán sacando una tarjeta. En cada turno, uno cogerá la tarjeta y usará la frase que

aparece en ella para agredir al correspondiente del otro equipo. El otro grupo debe, en el momento, idear una respuesta ingeniosa y potente al comentario que ha recibido, nunca agresiva. El profesor decide en ese momento quién de los dos ha ganado la batalla, si el agresor o el agredido y asigna un punto al equipo vencedor.

Seguidamente el grupo agredido se convierte en agresor y repite el procedimiento, cogiendo una tarjeta, leyéndola al miembro del equipo contrario y esperando la respuesta oportuna.

El docente establece cuántas rondas tendrán lugar en el juego y ganará aquel equipo que haya obtenido más puntos.