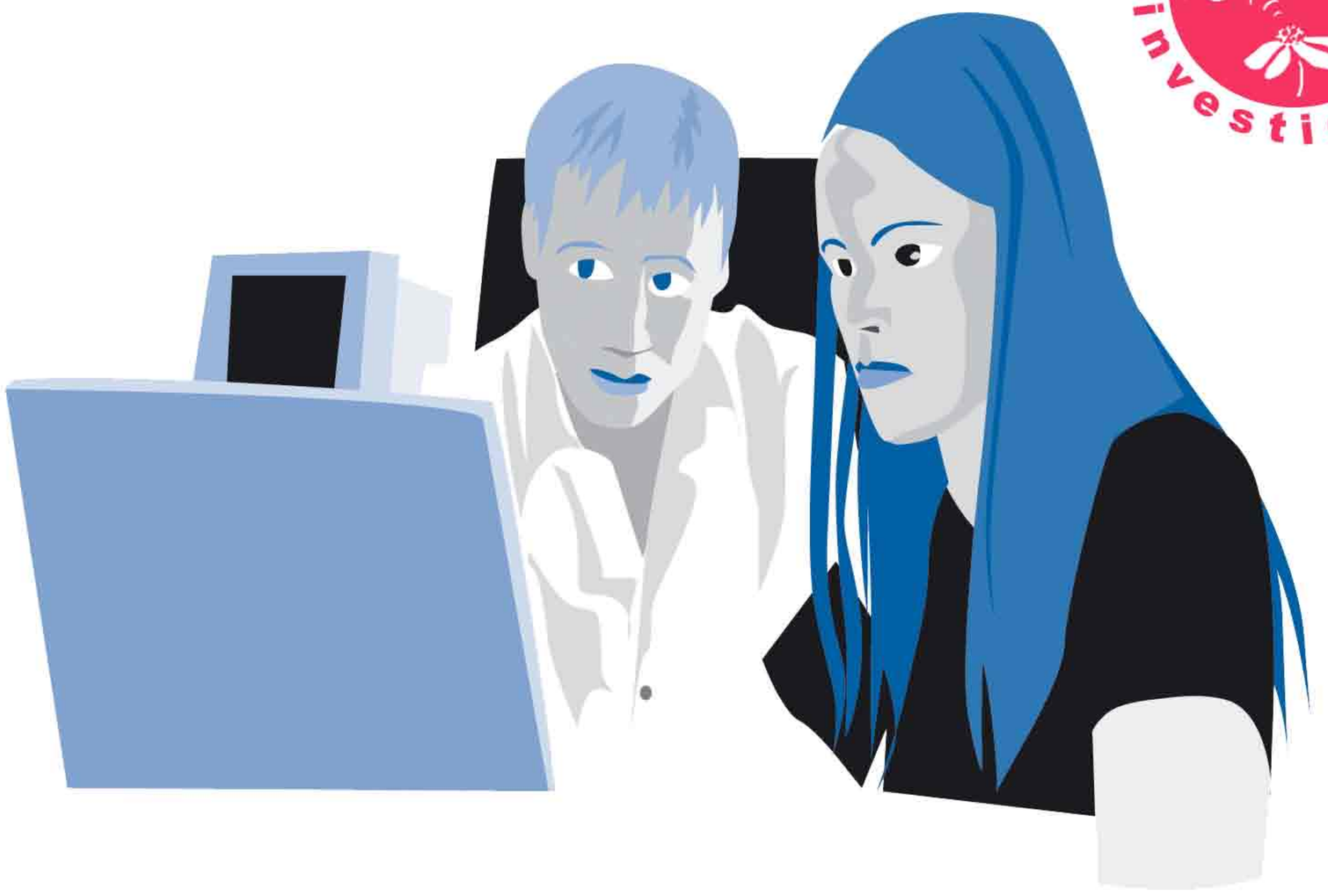
O conmigo o sin mí

investigación



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia en comunicación lingüística.
- Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

- Que alumnos y alumnas reflexionen sobre la defensa de los propios derechos y en el hecho de que el grupo ha de ser un medio, nunca un fin en sí mismo.
- Que aprendan a decir “no” o a eludir ofertas que no les interesen.

RECURSOS MATERIALES

- Secuencia *O conmigo o sin mí* (La Ola).

TIEMPO APROXIMADO

Actividad 1

O CONMIGO O SIN MI

SENTIDO PREVENTIVO

Es bien sabido que los seres humanos somos gregarios, nos movemos y vivimos en grupo, NECESITAMOS al grupo, al que muchas veces usamos como referente de nuestra propia identidad individual. La organización grupal funcional, que respeta la libertad individual, es una herramienta de inigualable valor que nos ha permitido grandes avances a todos los niveles. Pero cuando el grupo lo es todo, cuando la identidad personal e individual no existe y el fi n justifi ca todos los medios, el grupo se convierte en un arma de doble filo que conviene saber manejar. Ese manejo se basa, en múltiples ocasiones, en saber decir no, en la defensa de los propios derechos y en el recordatorio constante de que el grupo ha de ser un medio, pero nunca un fin en sí mismo.

La protagonista de la secuencia presenta un modelo tremendamente adecuado de manejo de las técnicas para decir no. Lo hace ante una situación difícil, en la que están implicadas personas a las que está ligada emocionalmente, por lo que el coste personal por ir en contra de la corriente que el grupo mayoritario marca es muy elevado. Analizar su situación y cómo la afronta es el objetivo principal de esta actividad.

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

"Las amistades son una de las fuentes de bienestar más importante para una persona porque nos dan comprensión, apoyo y consejo. En ellos encontramos comprensión, apoyo y consejo. Sin embargo, no siempre las situaciones que se plantean en el grupo son causa de armonía y satisfacción.

Resulta sencillo decirle a tu hermano o hermana que no le das la contraseña de tu e-mail, pero ya no es lo mismo si un amigo o una amiga te insiste en que le acompañes a un concierto que no te apetece nada.

El saber decir no ante una demanda no deseada nos permite salir airosos de situaciones difíciles".

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1ª FASE Primer acercamiento a la secuencia

Se introduce la actividad con el siguiente comentario:

"La secuencia que vamos a ver a continuación está extraída de una película llamada "La Ola", en la que un profesor alemán aprovecha una especie de semana temática para dar una serie de clases especiales sobre los regímenes autoritarios, como el que Hitler desarrolló en su momento. Cuando la clase manifiesta su opinión al respecto, que es que no creen posible que algo así pudiera volver a ocurrir en Alemania,

al profesor se le ocurre hacer un experimento: generar en el aula un movimiento, un grupo que le tendrá a él como líder y que funcionará como una autocracia, con sus normas, sus protocolos, sus uniformes (una camisa blanca)… Pero algunos no están dispuestos a entrar por el aro. Entienden el por qué del juego, pero empiezan a preocuparse cuando algunos se lo toman más en serio de lo necesario y no quieren colaborar. Es el caso de la chica que veréis en la secuencia. Observadla con atención".

(Cuando termine de verse la secuencia, puede tenerse un pequeño intercambio de ideas para ver qué opinan de lo que han visto, de la fuerza que un grupo puede tener, de cómo creen que reaccionarían ellos, de qué piensan acerca de cómo lo manejan la chica y el chico…).

2ª FASE Análisis de la secuencia en gran grupo

En esta fase se comenta una lista de posibles maneras de resistirse a la presión de grupo, de decir no a algo en lo que no se quiere participar, como le ocurre a la protagonista de la historia que se ha visto.

Sugerencia: Se puede pedir a un alumno que apunte en la pizarra estas maneras de decir no, pero sin detallar el significado de cada una de ellas, pues esto lo hará el profesor o profesora en voz alta.

10 FORMAS DE DECIR NO

1. Di NO: decir que NO sin más, sin añadidos.

2. Dar explicaciones/decir lo que piensas: aportar datos para que el otro entienda la razón de nuestra negativa. Puede combinarse con la anterior, al igual que las demás.

3. Dar excusas: aportar explicaciones que no son necesariamente ciertas pero, que justifiquen la no participación en la actividad. Cuidado, porque tienen caducidad y si nos descubren, quedamos mal.

4. Disco rayado: repetir hasta la saciedad, tantas veces como sea necesario, la misma frase, hasta que el otro deje de insistir. Es una técnica de desgaste.

5. Técnica del espejo: devolver al otro su argumento, con prácticamente las mismas palabras y normalmente en forma de pregunta. "O sea, que lo que tú dices es que…".

6. Enfrentarse verbalmente: utilizar palabras más fuertes para rechazar aquello que se propone. (No necesariamente insultar). Incluye, por ejemplo, el sarcasmo o la ironía.

7. Banco de niebla: dar la razón aparentemente, pero seguir haciendo lo que uno quiere.

8. Salir de la situación: irse para no seguir sometido a la presión y no terminar haciendo lo que el otro quiere.

9. Sugerir alternativas: dar otras opciones en vez de la sugerida.

Actividad 1

O CONMIGO O SIN MI

10. Dar largas: posponer la decisión para otro momento (aparentemente o no) y finalmente, hacer lo que uno quiere o simplemente escapar temporalmente de la presión.

Se les informa de que esta actividad la van a realizar como un único gran grupo y deben abordar el ejercicio entre todos. Se les da el mando a distancia para que puedan ver la secuencia una y otra vez (tantas veces como les sea necesario) de forma que puedan resolver las siguientes cuestiones:

1. Deben encontrar, de entre la lista de formas de decir NO que se les ha comentado en alto, cuáles son las que está utilizando la chica en la secuencia que han visto.

2. Deben justificar sus respuestas indicando la frase exacta en la que se basan para opinar así.

3. La chica va cambiando sus estrategias de decir NO conforme va avanzando la conversación. Eso significa que no todas las técnicas sirven para lo mismo. ¿Puedes intentar acotar en qué ocasiones sería conveniente usar cada técnica de las que se encuentran en la lista que se ha comentado? Fíjate en el uso que la protagonista hace de algunas de ellas. Eso probablemente te de pistas. (Si el tiempo no lo permite, se centrarán en las detectadas en la chica).

El profesor o profesora no ayuda ni interviene durante el tiempo de trabajo grupal. Se trata de que lleguen a sus propias conclusiones y analicen la escena en detalle.

3ª FASE Puesta en común

Se corrige la actividad y se matizan aquellos puntos que se consideren necesarios.
A continuación se aporta la información que el profesor o profesora puede necesitar para ello.

Éstas son las técnicas para decir NO que la chica usa en la secuencia:

1. Cuando su novio le pregunta que si va a ir con él y con el grupo a la fiesta, ella dice *"No, gracias, sin camisa blanca no seré bien recibida"*. (Dice que no simplemente y da explicaciones).

2. El novio le contesta que eso es una tontería y ella dice *"Sí, es una tontería y precisamente por eso no me la pondré"*. (Banco de niebla, enfrentamiento verbal y decir que no simplemente).

3. Cuando el novio le pregunta qué tiene en contra de "La Ola", le dice *"La Ola se está convirtiendo en algo muy raro"*. (Dar explicaciones).

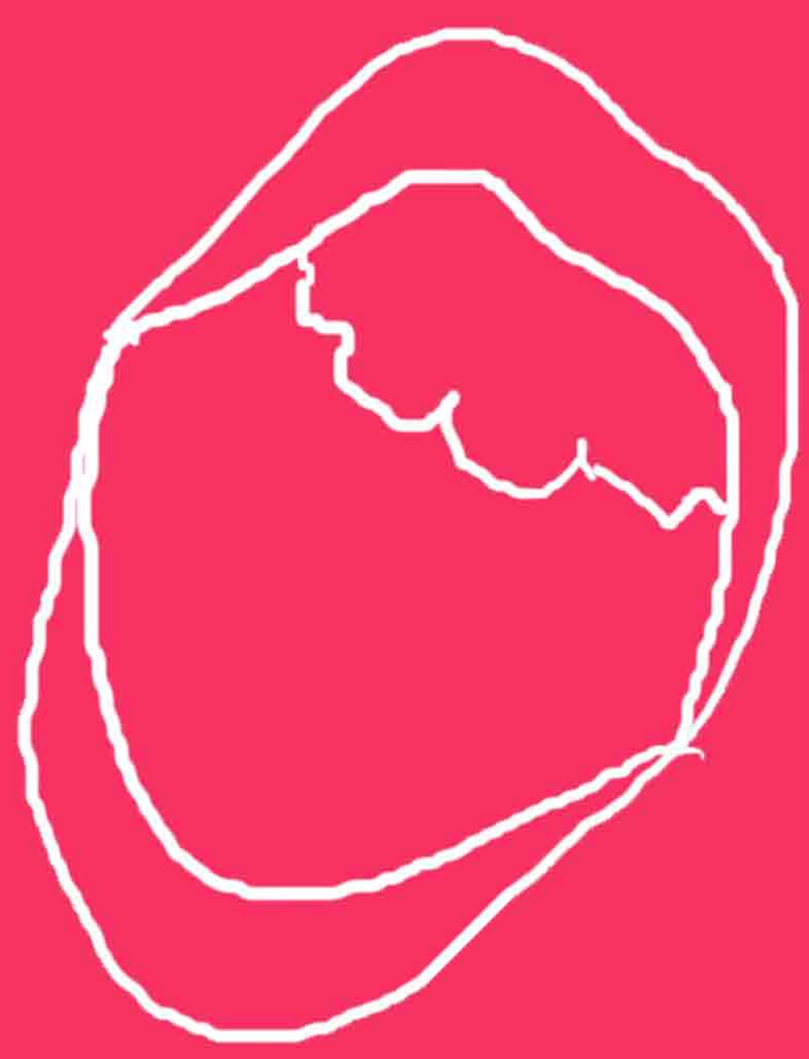
4. Cuando hablan de quién ha estado hablando con ella a través de la web de "La Ola", dice que, cuando le han presionado para formar parte del grupo ha contestado que *"Me lo pensaría"*. (Dar largas).

5. La chica comenta que *"Leo no ha dejado entrar a nadie que no hiciera vuestro estúpido saludo"*. (Dar explicaciones y enfrentamiento verbal).

6. Cuando su novio le pregunta *"¿Por qué no te la pones (refiriéndose a la camisa)?"*, ella contesta *"Muy sencillo: porque no quiero"*. (Decir que no simplemente).

7. Al final de la secuencia, cuando el chico le insiste y le pregunta *"¿Vienes conmigo o no?"*, ella simplemente hace una negativa tajante con la cabeza. (Decir que No simplemente).

Conviene terminar la actividad explicando los conceptos y argumentos expuestos brevemente en el referente teórico, insistiendo en la importancia de que el grupo sea un medio y no un fin que se imponga a la libertad y dignidad del individuo.

COMENTARIO FINAL

"Hemos reflexionado y puesto en práctica diferentes maneras de decir a los demás que no estamos dispuestos a hacer lo que no queremos. Lo más importante de la actividad es tener la capacidad de decidir sobre todo aquello que nos rodea".