

4º ESO
Actividad
2

EXPRESATE

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencias sociales y cívicas.

OBJETIVOS

- Entender la importancia de la comunicación tanto verbal como no verbal para expresar el agrado o desagrado con las cosas.
- Vencer el miedo a expresarse como herramienta fundamental para hacer frente a aquello que no nos gusta.

RECURSOS MATERIALES

- Secuencia *Exprésate* (Las ventajas de ser un marginado).

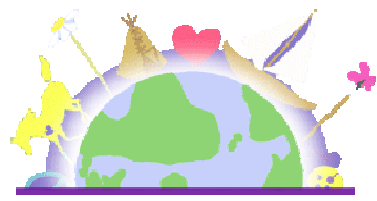
TIEMPO APROXIMADO:



Una sesión de 50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

Ser capaces de expresarnos (verbal y no verbalmente) es fundamental para que las demás personas identifiquen lo que nos gusta y lo que no y actúen en consecuencia. En definitiva, la comunicación es esencial para manifestar las emociones y para establecer cuáles son los límites que marcamos en las relaciones sociales. Esto también contribuirá a tener una actitud asertiva y defender nuestro derecho a ser bien tratadas y tratados por el resto.



ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“Ser capaces de expresarnos venciendo el miedo a decir lo que pensamos es clave para que el resto de personas sepan hasta dónde pueden llegar en su relación con nosotras y nosotros. Todo el mundo tiene derecho a ser bien tratado, y expresar este derecho no nos hará daño.

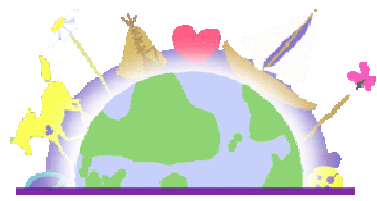
Hoy vamos a ver una secuencia en la que el protagonista no es bien tratado, y ante esto se queda callado.... Mostrar una actitud intolerante ante estas acciones no es malo, siempre que el respeto y el uso adecuado de la palabra estén presentes.”

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1ª FASE

La actividad comienza proyectando el audiovisual. A continuación se analiza la secuencia a partir de preguntas como éstas:

- *¿Qué os ha parecido el comentario de la compañera sobre el archivador? ¿Qué habrías hecho vosotras y vosotros?*
- *¿Por qué el chico si sabe la respuesta a las preguntas del profesor no levanta la mano para contestar?*
- *¿A qué tiene miedo el chico? ¿A no acertar la respuesta? (no, al rechazo por parte de las compañeras y los compañeros)*
- *¿Es la primera vez que le ocurre esto al chico? ¿Por qué lo sabéis? (es su primer día de Instituto y aunque no conoce a la gente ha normalizado una forma de actuar (pasiva y temerosa) que le sitúa como blanco fácil para agresoras y agresores. Por lo que parece es algo que viene de atrás, de sus experiencias en el colegio... Anticipa consecuencias negativas a sus relaciones sociales, y esto le incapacita además de hacerle sentir triste.)*
- *¿Qué os parece lo que dice sobre que se siente contento y triste a la vez?*
- *¿Por qué no se atreve a contarle a su familia su malestar? (en situaciones de acoso es muy común que las víctimas no quieran preocupar a su familia o hacerles sentir mal por lo que optan por ocultarlo)*
- *En varias ocasiones hace alusión a la necesidad de encontrar amigas y amigos pero, ¿creéis que para ello es importante la actitud? ¿Qué consejos le darías para lograrlo?*



2ª FASE

A continuación se lleva a cabo una dinámica que tiene que ver con el lenguaje y comunicación no verbal.

Se divide la clase en grupos de 5-6 personas y se les pide que, por turnos, cada equipo se mueva por la clase. Al oír STOP, todo el equipo deberá pararse y formar la palabra que el profesorado indique, como si de una estatua se tratase.

Las palabras pueden ser variadas y en la medida de lo posible relacionadas con la convivencia y la no tolerancia al acoso: paz, convivencia, apoyo, ayuda, tolerancia, respeto, compañerismo.

3ª FASE

El profesorado comenta:

“Como habéis visto, el lenguaje no verbal es muy importante a la hora de transmitir mensajes, como con las estatuas que habéis formado. En la vida real pasa algo parecido. La actitud que mostremos ante las conductas de las y los demás determinará, en cierta medida, las respuestas que recibamos”.

A continuación, se lanzan las siguientes preguntas para terminar de profundizar sobre la actividad realizada:

- *¿Creéis que con el lenguaje no verbal se puede transmitir el estado interno de una persona?*
- *¿Las estatuas representaban realmente lo que queráis transmitir?*
- *¿Qué papel juega el lenguaje no verbal en el acoso? Volviendo a la secuencia, ¿cómo era el lenguaje no verbal del protagonista? ¿Qué indicaba?*

COMENTARIO FINAL

“El lenguaje no verbal es clave en nuestras relaciones sociales, acompaña a nuestras respuestas y a su vez refleja los límites personales que hemos definido. En general debemos perder el miedo a expresar (verbal y no verbalmente) lo que pensamos o lo que no nos gusta porque de esta manera también nos sentiremos mejor con nosotras y nosotros mismos, y el resto de personas sabrá cómo tiene que comportarse. Es importante recordar que lo que digamos con palabras tiene que ser congruente con lo que expresemos con el cuerpo. No podemos decir “No estoy de acuerdo contigo” o “No me gusta que me trates así”, si a la vez nuestra postura corporal es encogida, nuestro tono de voz bajo, y evitamos el contacto ocular.”