

TÍTULO

NO QUIERO SER EL CONEJO DE PASCUA

AUDIOVISUAL

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Asertividad; Identificación, expresión y regulación emocional; Autoestima; Toma de decisiones.

ÁREA CURRICULAR

Lengua y Literatura.

CONTEXTO ESCOLAR

Identidad personal; Trabajos por proyectos.

EDAD RECOMENDADA

De 6 a 8 años.

SINOPSIS

Hop es un conejito que va a ser coronado como nuevo Conejo de Pascua. Es una tradición familiar con la que su padre está muy ilusionado. Sin embargo, Hop no lo ve de la misma forma. Él quiere ser batería e intenta hacérselo entender a su padre, aunque no resulta ser una tarea fácil.

REFERENTE TEÓRICO: El conflicto forma parte de las relaciones entre personas. Este no tiene por qué implicar violencia o agresividad, pero sí puede ser conveniente un cierto grado de oposición. La gran cuestión es saber hacerlo adecuadamente y procurando que las emociones no se conviertan en un obstáculo de la comunicación. Matizar en qué consiste una buena forma de oposición razonada, combinada con negociación y una buena dosis de inteligencia emocional es, probablemente, la mejor fórmula para abordar situaciones como las que se presentan en la secuencia.

RAZÓN DE SER: La actividad propuesta llevará al alumnado a pensar que, en un conflicto, la razón puede estar repartida entre ambas partes y que puede ser legítimo oponerse siempre que se haga dentro de unos cauces beneficiosos para las partes implicadas en dicho conflicto (siempre que se respeten los derechos de todos y todas en un verdadero ejercicio de asertividad: combinando el decir no con una propuesta de cambio todo ello mantenido con un elevado grado de regulación emocional).

DESARROLLO

1ª Fase

Reúne a los alumnos en círculo y plantea preguntas abiertas para iniciar una breve asamblea. El objetivo consiste en prepararles para comprender y reflexionar sobre los conflictos

emocionales y la asertividad antes de ver el vídeo, activando así sus conocimientos previos y sensibilizándolos sobre la importancia de expresar lo que sienten y piensan de manera respetuosa.

- *¿Alguna vez habéis sentido que teníais que hacer algo que no queríais?*
- *¿Cómo se sintieron en ese momento?*
- *¿Se atrevieron a decir lo que pensaban o sintieron miedo o vergüenza?*
- *¿Cómo podemos decir que no, pero sin enfadarnos ni hacer sentir mal a la otra persona?*
- *¿Por qué a veces es difícil decir lo que sentimos?*

2ª Fase: Lo que le pasa a Hop

Se proyecta la secuencia seleccionada pidiendo al alumnado que observe como a medida que las emociones de los personajes se han ido metiendo de por medio, ha sido mucho más difícil la comunicación y el entendimiento. Para debatir sobre ello pueden utilizarse las siguientes preguntas orientativas:

- *¿Cómo empezó la conversación de Hop con su padre?*
- *¿Cómo terminaron al final?*

- *¿Por qué pensáis que sucedió esto? ¿Qué puede haber sucedido para que terminen enfadados?*

Las emociones nos hacen verdaderamente seres humanos. Tanto las de signo positivo como las de tipo negativo son valiosas y útiles, pero se corre frecuentemente el riesgo de que no las sepamos manejar bien y que sean ellas las que nos manejen. Particularmente en momentos en los que no estamos de acuerdo con alguien o en los que nos jugamos mucho porque queremos conseguir algo que nos interesa, es fácil que las emociones nos jueguen una mala pasada.

“Vamos a volver a ver la secuencia y vamos a intentar captar el momento en el que las emociones empiezan a mandar sobre los personajes. En ese momento avisadme, porque pararé la secuencia para ver cómo podrían haber actuado, tanto el padre como Hop, para que la conversación no terminara en discusión”.

NOTA PARA EL DOCENTE: En la práctica con tus alumnos, este momento se puede identificar justo cuando Hop, al ver que su padre no lo escucha, se muestra más nervioso o alza la voz. El padre, al sentirse contrariado, insiste o responde de forma más tajante, sin atender a los sentimientos de Hop. Ese es el instante ideal para hacer “vídeo stop”, ya que a partir de ahí la conversación se convierte en una discusión

y ambos dejan de buscar soluciones, guiados más por sus emociones que por el deseo de entenderse. Puedes decir a tus alumnos: *¿Veis cómo al principio hablaban tranquilos y ahora ya están más enfadados? ¿Qué podrían haber hecho Hop y su padre para no terminar discutiendo?*

En este momento se pretende introducir diferentes maneras de decir “no” manteniendo la calma y las emociones bajo control. Para ello pueden hacerse propuestas complementarias a las fórmulas asertivas en sí mismas: por ejemplo, intentar dar explicaciones de por qué no estamos de acuerdo con algo pero hacerlo en un tono de voz moderado, sentados a ser posible, cediendo en lo posible, intentando llegar a acuerdos, buscando puntos intermedios en los que ambas partes salgan satisfechas... De esta forma lo que estamos proponiendo son estrategias de oposición asertiva combinadas con herramientas para la regulación emocional.

3ª Fase: A mí me pasa también

“Muchas veces nos encontramos con situaciones en las que no estamos de acuerdo con otras personas y necesitamos decirles que NO a algo. Eso sí, tenemos que procurar decirlo bien, porque no queremos que nos suceda como a Hop, que empezamos hablando y terminamos discutiendo y con un enfado grande...”

En realidad, no opinar lo mismo que otras personas es normal. Eso nos pasará muchas veces. No hay problema en hablar de esas diferencias de opinión, pero es importante que procuremos siempre tratarnos con respeto.

¿Se os ocurre de qué maneras podemos mostrar respeto a otras personas con las que no estemos de acuerdo? (Por ejemplo, escuchando lo que tengan que decir aunque no nos guste, procurando no interrumpirnos, pensando en los puntos positivos de los argumentos que nos estén dando...)”

La idea es que el alumnado pueda llevarse una idea clara en cuanto a lo que sucede muchas veces en situaciones de oposición:

- Tenemos derecho a diferir, pero debe hacerse desde el respeto siempre.
- Si es algo que se puede negociar, incluso con mayores, una forma de decir que NO es llevar adelante esa negociación y procurar hacerlo de una forma en la que las emociones no manden sobre nuestra cabeza y sentido común“. *¿Podemos pensar en cosas a las que sí podemos oponernos con respeto negociando, incluso aunque vengan de alguien mayor?”* (Por ejemplo, si podemos no comernos la fruta después de comer y tomárnosla en la merienda).

- Si es algo que no se puede negociar (aunque muchas cosas pueden ser acordadas para que ambas partes ganen), tendremos que darnos cuenta de que no es el mejor momento para oponerse, sino que deberemos aceptar lo que se nos pide que hagamos. *“¿Podemos pensar en situaciones en las que tenemos que aceptar obedecer y no podemos ni debemos oponernos?”*

La actividad podrá finalizar abriendo un debate sobre las cosas que se pueden negociar y las que no (especialmente en la relación con las personas adultas, tanto en el ámbito familiar como escolar).

4ª Fase: Decir NO con Respeto: Aprendiendo a negociar

Para finalizar la actividad, se propone dividir la clase en cuatro grupos. En cada uno de ellos han de pensar en una situación con la que no estén de acuerdo y que, siendo negociable, puedan resolver. La diferencia entre grupos será con quién se presenta el conflicto:

- Grupo 1: Conflicto con un amigo o una amiga.
- Grupo 2: Conflicto con un hermano o una hermana.
- Grupo 3: Conflicto con un padre o una madre.
- Grupo 4: Conflicto con una profesora o un profesor.

A través de un role-playing intentarán resolver la situación planteada diciendo que NO, pero a la vez intentando que las emociones o la impaciencia no les dominen.

ACTIVIDADES RELACIONADAS

- Persiguiendo el sueño (Autoestima) 6-8 años.