



**TÍTULO**  
**PADRES E HIJOS**

**AUDIOVISUAL**  
<http://hyperurl.co/2e4fjg>



**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**  
Habilidades de interacción, Empatía e Identificación y expresión emocional

**ÁREA CURRICULAR**  
Lengua Castellana

**CONTEXTO ESCOLAR**  
Convivencia

**EDAD RECOMENDADA**  
De 12-14 años

**SINOPSIS**  
Un chico transmite literalmente los mensajes que sus padres se quieren decir a través de él generándose un clima de reproche entre ellos muy alto, hasta que, conocedor de las posibles consecuencias que puede tener este tipo de interacción, decide cambiar el sentido de los mensajes para la transmisión de afecto e interés.

**REFERENTE TEÓRICO:** Existen múltiples elementos que pueden llegar a ser verdaderos obstáculos en la comunicación entre las personas consiguiendo alejarlas o generando en ellas actitudes defensivas. Mensajes de reproche, sobregeneralizaciones (expresiones con la palabra siempre o nunca, etc.), exageraciones, un estado emocional negativo o simplemente cansancio pueden llegar a ser impedimentos para que se desarrolle una comunicación sana. Sin embargo, hay muchos elementos que facilitan la comunicación y por lo tanto la relaciones, conocerlos y manejarlos es una tarea que se aprende a lo largo de toda la vida. La resolución de conflictos parte de estas premisas.

**RAZÓN DE SER:** A través de la actividad planteada, el alumnado comprenderá que hay maneras positivas de relacionarse con los demás basadas, principalmente, en la identificación de sus necesidades de los otros. Además, se les transmitirán pautas para interpretar los mensajes recibidos de los demás de manera positiva.

**DESARROLLO**

**1ª Fase**

Antes de que los alumnos analicen lo visto en el anuncio, el profesor les pide que se pongan en parejas con la siguiente instrucción:

*Imaginad que hay un tesoro muy importante para vosotros (por ejemplo, un bolígrafo), y es deseado también por el compañero que forma pareja con cada uno de vosotros. Tenéis dos minutos para conseguir el bolígrafo.*

**2ª Fase**

El profesor proyecta el anuncio e inicia un debate a partir de las siguientes preguntas:

¿En qué se parece lo que os ha pasado a vosotros con lo que le pasa al matrimonio del anuncio? ¿Por qué discutíais? ¿Y ellos?

Vosotros:

*Yo quiero el bolígrafo ..... Lo necesito, es importante para mi*

Ellos:

*Yo quiero arreglar la luz..... Es importante para mí*

¿Sentían realmente lo que se estaban diciendo? ¿Y vosotros?

¿De qué otro modo la madre podía haberle pedido ayuda al padre? ¿Qué necesita en realidad?

¿Qué hace el chico? (recuerda a sus padres qué es lo que les une, lo que les hizo casarse, etc.) ¿Qué consigue?

*Parece que los padres inician una discusión porque en un momento dado se piden algo de tal modo que se dañan. A los dos les preocupa la LUZ DE LA ENTRADA, pero el modo de hacerlo ver no es el más apropiado.*

A partir de la tabla que se presenta a continuación (se podrá dibujar en la pizarra), los alumnos analizarán lo observado en el anuncio (la información contenida en las columnas 2, 3 y 4 servirá de apoyo al docente y los alumnos no la recibirán):

<b>MADRE</b>
<p><b>Lo que dice...</b> Dile a tu padre que tiene que arreglar la luz de la entrada</p> <p><b>¿Cómo se siente para decir esto? (observa si hace algo mientras...)</b> Cansada, está cocinando y está muy ocupada, tanto que envía de mensajero a su hijo</p> <p><b>¿Qué necesita en realidad?</b> Necesita ayuda</p> <p><b>¿Qué podría haber hecho?</b> Ir ella misma (no enviar a su hijo) y decirle al marido: Por favor, veo que estás muy liado. Yo también. Bueno, cuando tengas un rato, me encantaría que arreglaras la luz de la entrada.</p>
<b>PADRE</b>
<p><b>Lo que dice...</b> Estoy muy ocupado</p> <p><b>¿Cómo se siente para decir esto? (observa si hace algo mientras...)</b> Le molesta que no se lo pida ella misma. Está cansado de todo el día. Siente que es una exigencia para ahora mismo.</p> <p><b>¿Qué necesita en realidad?</b> Descansar, desconectar de todo el día.</p> <p><b>¿Qué podría haber hecho?</b> Ir él mismo y decirle a su mujer: "Gracias por recordarme lo de la entrada. Ahora mismo, necesito descansar. No te preocupes, luego la arreglaré".</p>
<b>MADRE</b>
<p><b>Lo que dice...</b> Dile que si NUNCA va a hacer nada de lo que le pido.</p> <p><b>¿Cómo se siente para decir esto? (observa si hace algo mientras...)</b> Siente desinterés por parte de su marido. Se siente sola y recuerda otros ejemplos (generaliza).</p> <p><b>¿Qué necesita en realidad?</b> Necesita sentir el apoyo de su marido cerca, apoyándola.</p> <p><b>¿Qué podría haber hecho?</b> Decirle: "Entiendo que estés cansado. Yo también lo estoy. ¿Salimos a cenar y desconectamos un rato?"</p>
<b>PADRE</b>
<p><b>Lo que dice...</b> Dile que SIEMPRE está pidiendo cosas.</p> <p><b>¿Cómo se siente para decir esto? (observa si hace algo mientras...)</b> Siente que su mujer no le comprende, no entiende su cansancio. Generaliza.</p> <p><b>¿Qué necesita en realidad?</b> Necesita que su mujer entienda que las cosas se piden, no se exigen</p> <p><b>¿Qué podría haber hecho?</b> Decirle: Ya sé que llevo varios días sin arreglar la luz, pero entiendo que estoy muy cansado. Me viene bien que me lo recuerdes pero al exigírmelo me siento agobiado. Este fin de semana la arreglaré.</p>

Ahora vamos a repetir la dinámica del tesoro. En las mismas parejas, trataréis de conseguir el objeto deseado pero cumpliendo una norma: cada uno lo expresará al otro sus necesidades siguiendo el esquema siguiente (mensajes YO):

Entiendo que.....(la demanda del otro) porque..... pero YO ME SIENTO/NECESITO.....(cómo estoy) y preferiría/me gustaría.....(nuestra demanda).

Ejemplo: Entiendo que quieras el bolígrafo porque te gusta mucho pero yo lo necesito y me gustaría utilizarlo durante un rato.

Se compara la experiencia con la vivida en la 1ª Fase, comentando las diferencias más notables percibidas.

### PROPUESTA DE CONTINUIDAD

A través de la dinámica "¿Qué se puede hacer para mejorar la comunicación?". La ilustración presentada en el documento puede servir de punto de partida para la reflexión.

Recordando lo ocurrido y reconociendo lo fácil que es hacer sentirse bien a los demás y las ventajas que se obtienen cuando facilitamos la comunicación, se elaborará una lista de cuáles son los elementos que ayudan a comunicarnos mejor basándonos en la siguiente tabla:

Barreras de la comunicación
<p>Estados emocionales negativos.</p> <p>Momento o lugar inadecuados. No escuchar.</p> <p>Ausencia de objetivos u objetivos contradictorios. Incongruencia de los mensajes. Utilización de los mensajes "tu". Preguntas de reproche. Etiquetas y generalizaciones. Juicios sobre los mensajes del otro.</p> <p>Utilizar términos vagos o ambiguos.</p> <p>Hablar en términos no comprensibles.</p> <p>Limitaciones de la percepción y el lenguaje.</p> <p>Comunicación no verbal inadecuada (postura, hacer ruido, tono demasiado alto o bajo, interrumpir, invadir espacio, etc.)</p>

### Facilitadores de la comunicación

Elegir el lugar y momento adecuados.  
Escuchar atentamente. (*comunicación no verbal*) Empatizar.  
Hacer preguntas. Pedir opinión.  
Declarar deseos, opiniones, y sentimientos a través de mensajes de yo.  
Acomodar el mensaje a las necesidades y objetivos del interlocutor.  
Dar información positiva y útil. Ser recompensante.  
Describir el comportamiento en vez de juzgar.  
Expresar sentimientos.