



**TÍTULO**  
**CARRERA DE COCHES**

**AUDIOVISUAL**  
<http://hyperurl.co/ab8iad>



**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**  
Autocontrol, Toma de decisiones y Habilidades de autoafirmación

**ÁREA CURRICULAR**  
Lengua Castellana y Literatura

**CONTEXTO ESCOLAR**  
Convivencia

**EDAD RECOMENDADA**  
De 14-16 años

**SINOPSIS**  
A la salida de un circuito de karts, dos grupos se encuentran y deciden resolver sus diferencias con una carrera de coches.

**REFERENTE TEÓRICO:** Con frecuencia encontramos personas que al dejarse llevar por sus impulsos resuelven los conflictos poniendo en riesgo su propia vida y la de los demás. Es necesario conocer y poner en práctica estilos de respuesta más asertiva que rompan con etiquetas y prejuicios sobre el hecho de ser el más fuerte o el más valiente. Los adolescentes al tener una fuerte necesidad de reconocimiento social, a veces miden su éxito comparándose con los demás, provocándolos e incluso llegándose a jugar la vida por hacerse los importantes o sentirse alguien.

**RAZÓN DE SER:** La actividad pretende cuestionar los comportamientos basados en la impulsividad. A través de una dinámica, el alumnado aprenderá tres maneras diferentes de actuar (estilo agresivo, asertivo y pasivo) ante situaciones desafiantes. Al final se plantean alternativas de respuesta enfocadas a un adecuado desarrollo de su autocontrol y se buscan trucos para afrontar la agresividad propia y la de los demás.

**DESARROLLO**

**1ª Fase**

*Cuando las personas son provocadas, pueden reaccionar de diferentes maneras. Una de ellas es dejándose llevar por la ira del momento y actuar sin pensar en las consecuencias, pero la mejor forma de responder, ante*

*situaciones en las que nos están desafiando, es asertivamente, es decir, dando nuestra opinión sin ofender al contrario. De este modo se consigue salir airoso de la situación evitando situaciones desagradables (Ver documento para el docente).*

*Ante situaciones desafiantes, ¿por qué creéis que las personas suelen reaccionar de forma hostil? (Es la forma que han aprendido, quizás a través de modelos cercanos).*

*¿Qué se consigue reaccionando así?*

*¿Conocéis ejemplos de personas que se arriesgan sin pensar en las consecuencias? (Posibles respuestas: carreras de motos, nadar en lugares prohibidos, saltar desde sitios peligrosos, cruzar vías del tren, aguantar bebiendo...).*

Se desarrolla una dinámica, en la que la clase se organiza en equipos de 3-4 personas para resolver un caso según el estilo que el profesor les asigne: PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO.

El docente comenta la situación a la clase:

*Marta es una chica de 16 años que lleva saliendo con su novio desde hace un año. Desde hace tres meses está picada con una chica del barrio porque piensa que mira bastante a su novio. Este le ha confirmado que esa chica se ha acercado a hablar con él en varias ocasiones, ¿cómo resolveríais la situación?*

El docente da un rol a cada grupo. Sería conveniente que hubiese más grupos que resolvieran la situación de modo asertivo.

*Según la manera que os ha tocado resolver la situación, tendréis que escribir el final de la historia diciendo:*

- *Cómo la resuelve.*
- *Qué hace.*
- *Qué consecuencias tiene al resolverlo de ese modo.*
- *Cómo se siente ella.*

- *Cómo se sienten el resto de personas implicadas.*

Para la resolución de la actividad, el profesor podrá dar las siguientes pistas:

**RESPUESTA PASIVA:** No expresan los sentimientos y pensamientos o se expresan de manera ineficaz, negativa e inadecuada (excusas, sin confianza, con temor); la opinión de los demás es más importante. No suelen hacer nada.

**RESPUESTA AGRESIVA:** Se expresan sentimientos, ideas y pensamientos, pero sin respetar a los demás, emitiendo normalmente conductas agresivas directas (insultos, agresión física) o indirectas (comentarios o bromas sarcásticas, ridiculizaciones). Sólo tiene en cuenta sus propios derechos y su propio punto de vista.

**RESPUESTA ASERTIVA:** Defienden sus derechos personales al mismo tiempo que respetan los de los demás. Se expresan directamente sentimientos, ideas y opiniones sin amenazar, castigar o manipular a otros.

Finalmente ponen en común las soluciones aportadas por los distintos equipos

### 2ª Fase

*Vais a ver una secuencia en la que su protagonista resuelve una situación de forma agresiva, es decir, entrando al trapo a las provocaciones y jugándose la vida.*

Se proyecta el audiovisual. Preguntas para la reflexión:

- *¿Qué ha ocurrido en la secuencia?*
- *¿Por qué han actuado de ese modo? ¿Qué pretenden conseguir?*
- *¿Creéis que hay gente que en realidad hace cosas de este tipo por cuestión de imagen?*
- *Estas situaciones se suelen producir cuando se está rodeado de gente ¿Creéis que influye que haya gente para actuar así? Si no hubiera gente ¿harían lo mismo?*
- *¿Creéis que para que una persona se sienta a gusto consigo misma tiene que demostrar a los demás que vale?*

- *¿Qué preferiríais que os apreciaran por lo que sois capaces de hacer o por lo que sois?*

*Está claro que es muy fácil dejarse llevar por los demás cuando nos están provocando y muy complicado mantenerse firme. El truco está en pararse a pensar durante unos segundos y valorar la situación.*

### PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Se propone que el alumnado busque por Internet noticias en las que ante una situación desafiante se haya respondido de forma agresiva. A continuación se podrá organizar un concurso de buenas respuestas y trucos para responder a estos desafíos de forma asertiva y no agresiva.

### DOCUMENTO PARA EL DOCENTE

PASIVA	ASERTIVA	AGRESIVA
Frases genéricas. No se dice nada o se utilizan expresiones indirectas.	Frases en primera persona. Expresión de preferencias y ruegos.	Frases en segunda persona. Acusaciones, críticas y exigencias.
"Quizás...", "No tiene importancia pero...".	"Pienso", "Siento", "Me gustaría".	"Deja de ...", "Harías mejor si...", "Ten cuidado".
Tono de voz bajo. Discurso dubitativo y vacilante.	Tono de voz firme y audible. Discurso calmado.	Tono de voz elevado. Discurso rápido y atropellado.
Contacto visual mínimo. Postura corporal hundida.	Contacto visual. Postura corporal firme pero relajada.	Mirada fija y agresiva. Postura tensa.