

DESARROLLO SOCIAL

HABILIDADES DE INTERACCIÓN



TÍTULO
Yo también tq

AUDIOVISUAL
<https://smarturl.it/Obldhi>

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR
Habilidades de interacción, Habilidades de oposición asertiva y Empatía

ÁREA CURRICULAR
Lengua Castellana y Literatura

CONTEXTO ESCOLAR
Convivencia digital

EDAD RECOMENDADA
De 14-16 años

SINOPSIS
Dos parejas mantienen la misma conversación: la primera, lo hace por Whatsapp y acaba en malentendido, la segunda lo hace cara a cara y consiguen apaciguar sus diferencias.



REFERENTE TEÓRICO: El uso de redes sociales como Whatsapp para comunicarse está plenamente extendido en los adolescentes, sin embargo, al contrario de lo que pudiera parecer, esta herramienta no es oportuna para todo tipo de conversaciones ya que sólo la presencialidad y la información que aporta el lenguaje no verbal permite la expresión emocional y la conexión en toda su plenitud. Por eso hoy en día es más importante que nunca habilidades como la asertividad y la empatía, para evitar malentendidos en los entornos digitales.

RAZÓN DE SER: En esta actividad, el alumnado debatirá y cuestionará, desde un punto de vista crítico, la utilidad de Whatsapp en determinadas situaciones, así como las posibles dificultades que pueden darse a la hora de interactuar por este canal con otras personas. Después, analizarán detenidamente la conversación del vídeo propuesto, para descubrir la importancia de la comunicación no verbal y de expresar las emociones sin pretender que el otro las adivine. Por último, reescribirán la escena utilizando los cuatro pasos para la comunicación asertiva.

DESARROLLO

1ª Fase

Antes de visualizar el vídeo, se propone realizar al alumnado las siguientes preguntas:

- ¿Para qué utilizáis Whatsapp?
 - ... para quedar con alguien... ¿y para romper con alguien...?
 - ... para contar algo... ¿y para dejarlo a medias...?
 - ... para solucionar algo... ¿y para acabar mal...?
- ¿Alguna vez no sabíais cómo interpretar un Whatsapp porque podía tener distintas connotaciones?
- ¿Alguna vez habéis discutido por Whatsapp? ¿Pensáis que cara a cara hubieran terminado igual?
- ¿Alguna vez os han dejado en visto o habéis visto que una persona está en línea y no os contesta y os habéis molestado? ¿O se han molestado con vosotros por este motivo?
- ¿Usáis emoticonos? ¿Os gusta que la otra persona los use? ¿Por qué? ¿Cuáles son los que más utilizáis?
- ¿Escucháis los audios de voz de Whatsapp utilizando la opción de acelerar la velocidad? ¿Por qué?
- ¿Alguna vez las notificaciones de Whatsapp os han desconcentrado de lo que estabais haciendo (una conversación, la tarea de clase...)?
- ¿Alguna vez mientras le estabas contando algo a alguien ha cogido su teléfono? ¿Cómo te sentiste?
- ¿Para qué utilizáis las llamadas? ¿Cómo os sentís cuando tenéis que hacer una llamada? ¿Por qué? ¿Y cuándo recibís una llamada?

2ª Fase

Después de visualizar el vídeo, el profesor da la oportunidad al grupo-clase de que, en voz alta y en gran grupo, expliquen lo que han entendido del vídeo en líneas generales.

3ª Fase

Análisis pormenorizado de la conversación que mantiene la pareja para cuestionarse la calidad de la comunicación.

Como sugerencia para esta fase se puede proyectar pantallazos de la conversación (ver Anexo) o se puede emplear la técnica del video stop para ir parando cada fragmento.

Ella: Tenemos que hablar

Docente: ¿Qué puede significar esta frase? ¿Qué cosas pueden ser?

¿Lo diríais por Whatsapp? ¿Mientras estás con tus amigas tomando algo?

¿Qué responderíais *si alguien os dice esto*?

Él: Ya me lo imaginaba yo...

Docente: ¿Qué os parece esta respuesta? Se está adelantando a los acontecimientos.

Ella: ¿El qué te imaginabas?

Él: Que estabas tardando mucho

Ella: Ah, ¿sí? ¿Y por qué te lo imaginabas?

Él: Pues porque estas diferente desde hace tiempo

Docente: ¿Si se lo imaginaba, por qué no lo han hablado antes? Seguramente tuviera miedo a que se terminase la relación. ¿Alguna vez habéis tenido miedo a hablar de algo con vuestros amigos o vuestra familia? ¿Pensáis que los conflictos *son negativos para las relaciones*? ¿Por qué? ¿Cómo pueden ser positivos? ¿Alguna vez os ha ocurrido que un conflicto os ha ayudado a aclarar las cosas *con la otra persona y sentirlos mejor después*?

Ella: Bueno, tú tampoco estas como antes

Docente: ¿Qué puede haber cambiado en la relación *para ella*? ¿Cómo pensáis que *eso le hace sentir*? ¿Cómo pensáis que se siente él al escuchar esto? ¿Qué le responderíais vosotros *a ella*?

Él: Vaya ahora voy a ser yo el que ha cambiado

Docente: ¿Qué os parece esta respuesta? A veces pensamos que hemos actuado bien (que no hemos cambiado) y, sin embargo, el otro puede sentir lo contrario.

Los sentimientos son subjetivos, ambivalente (las personas sentimos cosas diferentes ante la misma situación). Es importante que los alumnos sepan que no se pueden juzgar los sentimientos de los demás cuando nos los expresan, aunque nosotros pensemos que hemos actuado correctamente. Sin embargo, él se ha sentido atacado, inseguro, quizá tiene miedo a que la relación termine, y con esta respuesta trata de crear una falsa sensación de seguridad para sí mismo sin darle la oportunidad a ella de expresar cómo se siente. ¿Cómo podría haber sido distinta?

Ella: Los dos hemos cambiado

Él: No

Ella: ¿Y qué es lo que sientes?

Él: Venga, no te hagas la tonta

Ella: No, no, dime

Él: Ya no me miras como antes

Ella: Ah, ¿no? ¿y a quién miro?

Él: Tú sabrás

Docente: Esta parte es clave porque la conversación toma dos rumbos opuestos por Whatsapp y cara a cara. En Whatsapp, adquiere un tono distante, agresivo, hostil, provocador... porque nos falta la comunicación del lenguaje no verbal (el tono de voz, la expresión corporal) para conocer cómo se siente el otro (en este caso, él) y descifrar el verdadero significado de los mensajes. ¿Cómo pensáis que se siente él si sólo tenéis *estos mensajes como información*? (de hecho, el vídeo no nos muestra la cara de él cuando escribe esta parte para que no tengamos información sobre su comunicación no verbal). Seguramente, lo primero que pensaríamos es que siente celos y que cuando dice "Tú sabrás" quiere decir que ella sabe el nombre de la otra persona que está recibiendo las atenciones que él reclama para sí. ¿Qué pensáis de los celos? ¿Son una muestra de afecto?

A continuación, el profesor volverá a reproducir el vídeo en el min 4:06. Antes, dirá a los alumnos: *fixaros en la comunicación no verbal de él en esta parte. ¿Pensáis que es una comunicación no verbal de alguien que siente celos? ¿Cómo pensáis que se siente?* Su tono de voz y, sobre todo, su sonrisa, nos llevan a pensar que

él realmente no siente celos, sino que está buscando mayores muestras de afecto por parte de ella y no sabe cómo pedirlo.

Igual que cuando dice "Venga, no te hagas la tonta". Él da por supuesto ella sabe cómo se siente y que por eso no tiene que expresarlo. A veces pretendemos que el otro adivine nuestro pensamiento, cómo nos sentimos y lo que queremos, pudiendo llegar a enfadarnos porque no lo hace (comunicación pasivo-agresiva). ¿Os ha pasado alguna vez? Sin embargo, cada uno somos diferentes y el otro no tiene forma de adivinarlo, lo apropiado es aprender a comunicarnos de forma asertiva. ¿Cómo podría expresarse de forma asertiva?

Ella: Esto no tiene sentido

Él: Pues por mi parte nada ha cambiado

Ella: ¿Seguro?

Él: Cuando quieras dejarme dímelo, eh

Docente: Esta última frase también es clave. ¿Se puede expresar malestar *en las relaciones (de pareja o amistad) y no implicar querer terminarlas?* Una discusión puede ser una oportunidad, no tiene que implicar romper la pareja. Ella puede necesitar algo de él y manifestárselo, sin que implique que quiera dejarlo. Con el último comentario, él muestra (de forma muy poco asertiva) que siente miedo porque ella quiera dejarlo, seguramente lleva sintiéndose así en toda la conversación.

¿Qué experiencias puede haber vivido que le hayan llevado a pensar así? Quizá una relación anterior terminó de manera inesperada para él.

Ella: Parece que es lo que quieres tú

Él: Ah, ¿sí?

Docente: No se están entendiendo mutuamente porque su comunicación no es asertiva, hay que estar averiguando los sentimientos que esconden continuamente.

Ella: Eres imbécil

Docente: Este comentario también tiene un sentido muy distinto en Whatsapp y en la conversación cara

a cara, en el que ella lo dice con una sonrisa mientras se acerca para darle un beso (comunicación no verbal).

Él: Yo también tq 😊

Docente: ¿Por qué pensáis que pone ese emoticono? Está claro que lo que escribe y el emoticono que muestra dista mucho de los verdaderos sentimientos de él en ese momento. ¿Alguna vez *habéis fingido que algo no os afecta con un emoticono o con un mensaje cortante?* Seguro que sí.

4º Fase:

Por parejas, los alumnos recrearán por escrito una conversación con el mismo trasfondo que la analizada, pero en este caso se tendrán que poner en la piel de cada miembro de la pareja y escoger el medio por el que tendrían esa conversación (cara a cara o Whatsapp), así como las palabras que ellos y ellas utilizarían. En cualquier caso, la comunicación deberá ser asertiva. Antes de realizar la creación, el profesor explicará los 4 pasos de la comunicación asertiva:

1. Comunica el hecho que has observado, sin añadir ningún juicio o evaluación.
2. Explica cómo te hace sentir, poniendo el foco en ti, no en lo que la otra persona falla a tu entender, solo así conseguirás que empatice contigo.
3. Encuentra tu necesidad no satisfecha (por ejemplo, recibir afecto y cariño, sentirte reconocido, seguro, comprendido, etc.). Todos compartimos las mismas necesidades, expresarlas hará que el otro también se abra.
4. Haz una petición concreta en forma de pregunta, para que la otra persona pueda decidir si quiere ayudarte. La petición debe ser en positivo, por ejemplo: ¿te importaría dejarme terminar de hablar y bajar la voz conmigo? Si la respuesta es no, deberás continuar dialogando para encontrar nuevas posibilidades que permitan satisfacer las necesidades de ambos.

Tras explicarlos, se propone realizar una verificación de la comprensión preguntando a los alumnos: *entonces, ¿qué vamos a hacer ahora? ¿y qué es la comuni-*

cación asertiva? ¿cuáles son los 4 pasos? Una vez las parejas han escrito su conversación, se pedirá algún voluntario para leerla en voz alta.

Antes de terminar la sesión, se preguntará al alumnado: *¿qué os lleváis de la sesión? ¿Whatsapp vale para todo tipo de conversaciones? ¿por qué? ¿pensáis que la empatía y la comunicación asertiva son importantes? ¿pensáis que podemos mejorar la comunicación en nuestro aula? ¿y con vuestra familia y amigos?*

MATERIAL DE APOYO PARA EL DOCENTE

Llamamos netiqueta al conjunto de normas de comportamiento y comunicación en internet. En el caso de Whatsapp, algunas recomendaciones de netiqueta son: cuidar la comunicación, no utilizarlo cuando estás conversando con una persona cara a cara, tener en cuenta la hora de envío de mensajes, valorar de manera crítica qué información compartir y cuál no, etc.

ANEXO:

Ella: Tenemos que hablar

Él: Ya me lo imaginaba yo...

Ella: ¿El qué te imaginabas?

Él: Que estabas tardando mucho

Ella: Ah, ¿sí? ¿Y por qué te lo imaginabas?

Él: Pues porque estas diferente desde hace tiempo

Ella: Bueno, tú tampoco estas como antes

Él: Vaya ahora voy a ser yo el que ha cambiado

Ella: Los dos hemos cambiado

Él: No

Ella: ¿Y qué es lo que sientes?

Él: Venga, no te hagas la tonta

Ella: No, no, dime

Él: Ya no me miras como antes

Ella: Ah, ¿no? ¿y a quién miro?

Él: Tú sabrás

Ella: Esto no tiene sentido

Él: Pues por mi parte nada ha cambiado

Ella: ¿Seguro?

Él: Cuando quieras dejarme dímelo, eh

Ella: Parece que es lo que quieres tú

Él: Ah, ¿sí?

Ella: Eres imbécil

Él: Yo también tq 😊