



**TÍTULO**  
**ESO ME SIENTA BIEN**

**AUDIOVISUAL**  
<http://hyperurl.co/6rp7vn>



**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR:**  
Identificación y expresión emocional

**ÁREA CURRICULAR**  
Lengua Castellana y Literatura

**CONTEXTO ESCOLAR**  
Convivencia

**EDAD RECOMENDADA**  
De 14-16 años

**SINOPSIS**  
Claudio, el padre de Babi, decide hablar con Hache, el chico con el que sale su hija, a raíz de los cambios de conducta que ha percibido en ella. Los dos tienen una conversación de hombre a hombre en un bar.

**REFERENTE TEÓRICO:** Desde edades tempranas, con mayor o menor acierto, nos enseñan aspectos de la expresión emocional. Todavía encontramos, más de lo que nos gustaría, como a los niños se les enseña a reprimir la tristeza (P.ej.; los niños no lloran) o el miedo; y a las niñas, a reprimir la rabia o la ira (Una señorita no hace esas cosas). Y de ahí que en la edad adulta esta impronta se mantenga, no sólo en nuestro comportamiento, sino también en lo que transmitimos.

**RAZÓN DE SER:** La secuencia seleccionada pone a los alumnos ante una situación poco convencional: dos hombres exponiendo sus emociones de una forma abierta y expresiva. Ciertamente es, además, una acción que no está asociada habitualmente al rol de chico malo que encarna Hache. Por ello probablemente cause más impacto en ellos y les lleve a considerar las ventajas que tiene la expresión emocional, en cualquiera de los casos.

**DESARROLLO**

**1ª Fase**

A lo mejor conocéis la película "A tres metros sobre el cielo". En ella, Hache (Hugo en realidad), el chico malo y Babi, una niña buena, se enamoran y eso pone patas arriba sus respectivos mundos. En la secuencia que vamos a ver de esta película, veremos al padre de Babi

hablando con Hache por presiones de su mujer (preocupada por los cambios de conducta que está experimentando su hija). Para decirlo de otra manera, el padre pretende tener una conversación de hombre a hombre al respecto de lo que está ocurriendo con Babi. Prestad atención porque luego comentaremos algunos aspectos de la charla que tienen.

Se proyecta la secuencia.

A continuación, el profesor lanza una pregunta a las chicas: "¿Qué os gusta de esta conversación?"

Después a los chicos: "¿Qué os choca de esta conversación?"

Probablemente, ante ambas preguntas se destaquen aspectos muy diferentes, muchos de ellos relacionados con el plano de las emociones y su expresión. Lo importante es resaltar que con independencia del modo de expresar las emociones, todos, chicos o chicas, debemos hacerlo.

¿Creéis que si en lugar de ser dos hombres hubiesen sido dos mujeres sus expresiones verbales o físicas hubiesen sido diferentes? ¿En qué?

**2ª Fase**

Fijaos bien en algunos datos que os voy a comentar. En un estudio acerca de la manera en que hombres y mujeres

expresan sus emociones ocurrió esto:

A la pregunta ¿qué pueden aprender los hombres de las mujeres? Se contestó:

- Superar el orgullo masculino para aprender de su parte femenina.
- Pedir protección y ayuda cuando sientan miedo o tristeza.
- Ser más tiernos.
- Involucrarse más en su crecimiento como persona.
- Perder el miedo a la mujer, aprendiendo a descubrir

*sus emociones ante ella.*

- *Interesarse más sobre cómo regular sus emociones.*

*A la pregunta ¿Qué pueden aprender las mujeres de los hombres? Respondieron:*

- *Hablar con claridad, yendo al grano y sin hacerse las víctimas.*
- *Ser más nobles, menos retorcidas, sin analizar demasiado a las demás personas.*
- *Gestionar aquellas emociones que, debido a su educación y por motivo de su sexo, las tienen más reprimidas como, por ejemplo, la rabia.*

Se pedirá un voluntario para que escriba en la pizarra estos datos, que serán utilizados a continuación.

*Vamos a ponernos por un momento en una situación diferente a la nuestra. Teniendo los datos comentados en cuenta,*

- *¿cómo sería el mundo si esos datos fuesen realidades, los hombres y las mujeres asumieran su parte?"*
- *¿Creéis que el mundo sería mejor o peor?*
- *¿Qué nos estamos perdiendo cuando no expresamos nuestros sentimientos?*
- *¿Qué ganamos cuando lo hacemos?"*
- *¿Por qué, entonces, si ganamos expresándonos, no lo hacemos todo lo bien que podríamos? ¿Qué nos retiene?*

### **PROPUESTA DE CONTINUIDAD**

Dado que en este mismo bloque de edad hay una actividad en la que también se aborda de manera amplia el asunto de las diferencias entre géneros, se propone complementar los contenidos de la presente actividad con la titulada " La guerra de los sexos".