

UNA MIRADA HACIA DENTRO

Objetivos

- Tomar conciencia de los comportamientos excluyentes o marginadores que puedan existir dentro del aula o en el centro.
- Desarrollar valores de respeto y actitudes favorables de desarrollo pacífico de la convivencia en los centros escolares.
- Aprender un conjunto de estrategias que le permitan al alumnado afrontar situaciones de chantajes, insultos, agresiones físicas o psicológicas, etc.
- Fomentar actividades de aprecio y valoración hacia los demás.

Competencias emocionales que contribuye a desarrollar. Autocontrol emocional y empatía.

Descripción. El/la tutor/a explicará a sus estudiantes que los centros escolares no siempre son lugares de convivencia pacífica y tolerante. Hay estudiantes que lo pasan muy mal, hay otros/as que se dedican a hacer la vida imposible a los demás.

Un gesto, un golpe, un insulto, menospreciar, amenazar, ridiculizar, marginar... son manifestaciones de violencia en el colegio o en el instituto.

A pesar de todo lo que estamos viendo y se está escribiendo sobre la violencia y conflictividad en los colegios e institutos, el centro escolar ha de ser un lugar para la educación en la convivencia y un lugar donde se conviva. Comunicarse, cooperar, ser solidario, respetar a todas las personas, cumplir las normas establecidas por el centro, etc. es algo que, además de ser objeto de enseñanza, ha de constituir los pilares fundamentales de esa convivencia.

Desarrollo de la actividad

- 1º. Lectura individual del texto *¿El hombre es enemigo del hombre?*
- 2º. Ejercicio de introspección y de empatía cumplimentando un cuestionario.
- 3º. Reflexión final y puesta en común.

1º ¿EL HOMBRE ES ENEMIGO DEL HOMBRE?

En el ser humano podemos apreciar tres tipos de conductas:

Conductas agresivas. *Es un comportamiento verbal o no verbal que busca lograr objetivos personales sin respetar el derecho de los demás. Estas conductas agresivas pueden incluir desconsideraciones, insultos, amenazas, humillaciones y ataques físicos. Tampoco falta la ironía y el sarcasmo despectivo. Se tiende a dominar al otro, a negarle la capacidad de defenderse, de responder equitativamente. Las consecuencias, a largo plazo, siempre son negativas incluso para el agresor, que suele quedarse sin amigos.*

Conductas pasivas. *Es el comportamiento característico de la persona sumisa, que no hace nada; que permanece en silencio o simplemente acepta lo que los otros digan, a pesar de desear lo contrario; es decir, no sabe hacer respetar sus derechos. El individuo pasivo trata de evitar los conflictos, al precio que sea, y termina sintiéndose marginado y mostrándose irritado por la carga de frustración acumulada.*

Conducta asertiva: *Es un comportamiento adecuado para expresar nuestras necesidades y defender nuestros derechos respetando siempre a los demás. La conducta asertiva es la más hábil socialmente porque supone la expresión abierta de los sentimientos, deseos y derechos pero sin atacar a nadie. Expresa el respeto hacia uno mismo y hacia los demás. Pero aclaremos que ser asertivo no significa la ausencia de conflicto con otras personas, sino el saber gestionar los problemas cuando surgen.*

Ninguna conducta humana está genéticamente determinada; los seres humanos son capaces de cualquier tipo de conducta, incluyendo la conducta agresiva e incluyendo también la bondad, la crueldad, el egoísmo, la nobleza, la cobardía y la travesura; la conducta agresiva no es sino una conducta entre otras muchas.

Ashley Montagu

2º. Ejercicio de introspección y de empatía (entendida como la capacidad de reconocer y conectar con los sentimientos de otra persona):

Posiblemente en alguna ocasión hayas sido tú el protagonista o la víctima de alguna conducta agresiva tal y como te hemos definido anteriormente. En el cuestionario que te presentamos a continuación intenta describir alguna experiencia de ese tipo que más te haya afectado emocionalmente.

1. Recuerda una situación en la que te hayas sentido víctima de una provocación, de insultos, o hayas sido ridiculizado/a, o agredido/a, etc.	1. Describe una situación en la que hayas intentado o conseguido provocar, insultar, ridiculizar, agredir, etc. a un/a compañero/a de clase.
2. En esa situación ¿qué pensaste?	2. ¿Qué deseabas conseguir en esa ocasión?
3. ¿Qué hiciste o dijiste?	3. ¿Qué hizo o dijo la otra persona?
4. ¿Cómo te sentiste?	4. ¿Cómo te sentiste?
5. ¿Cómo crees que se sentía la persona que te provocaba o agredía?	5. ¿Cómo crees que se sentía la persona agredida?

Después de haber realizado la actividad, si en alguna situación has sido tú quien la ha provocado, insultando, etc., respóndete a ti mismo/a con sinceridad ¿cómo te has sentido tú, y piensa en lo mal que se tuvo que sentir tu “víctima”?

3º. Cuando todos/as los/as estudiantes hayan terminado de contestar el cuestionario, conviene comentar y reflexionar sobre las situaciones propuestas en el ejercicio anterior.