

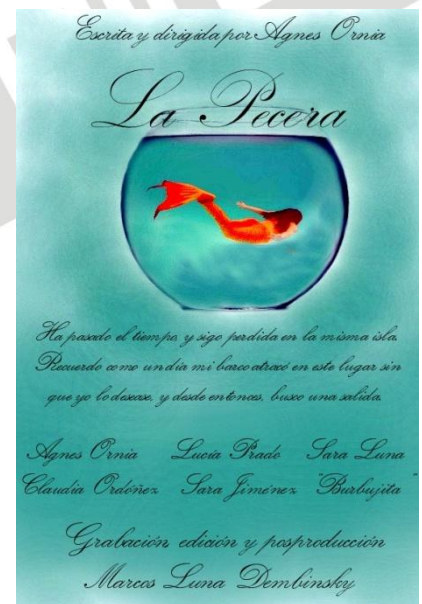
Curso 2017-18

UNIDAD
DIDÁCTICA
PROFESORADO

La pecera

Agnes Ornia Luna, Gijón, 2016/17
Cortometraje

Superación 1 – Indiferencia 0



La pecera

Objetivos

- Despertar en el alumnado el interés por las demás personas, sus sentimientos, necesidades, cualidades..., evitando la indiferencia, de forma que la aceptación del grupo favorezca su autoestima.
- Fomentar la aceptación personal. Valorarse y apreciarse tal y como somos, con sus defectos y cualidades.

Desarrollo de la actividad

Con esta actividad se pretende que el alumnado reflexione sobre la importancia del contacto con las personas que le rodean, interesarse por lo que les ocurre, sienten u opinan, haciéndole entender que la indiferencia de quienes nos rodean y forman parte de nuestro grupo familiar o amistades puede provocar miedo e inseguridades.

Una vez visionado el corto, se formarán grupos de 4 a 6 personas, a través de varios fotogramas se plantean una serie de preguntas que deben de ser debatidas en los grupos para después ponerlo en común con toda la clase.

Elementos para orientar la reflexión

El padre del psicoanálisis [Sigmund Freud](https://es.wikipedia.org/wiki/Sigmund_Freud)¹ decía que lo contrario del amor no es el odio sino la indiferencia.

Una de las peores situaciones que se puede encontrar una persona no es que las demás le demuestren su rabia, ira, desafío..., sino que le demuestren su indiferencia, de forma que la soledad social la haga sentirse invisible a los ojos de las demás.

A todas las personas nos gusta sentirnos queridas, escuchadas, atendidas, apreciadas, pues de esta forma los miedos e inseguridades no nos ahogan, no nos hacen sentirnos solas ante lo desconocido, y vemos en el apoyo de las otras personas una salida a todo lo que nos asusta.

¹ https://es.wikipedia.org/wiki/Sigmund_Freud.

La pecera

Cuando nos referimos a los seres humanos, descubrimos que tenemos una dimensión interior, pensamientos y deseos íntimos que nos permiten vernos como sujetos activos, protagonistas de nuestra propia vida, con iniciativa propia y creadores de pensamientos y decisiones.

Las personas estamos dotadas de autoconciencia, es decir, somos conscientes de que existimos y nos relacionamos con las demás, dándonos cuenta de nuestras posibilidades y limitaciones, pero como somos seres sociales, la imagen que cada persona se hace de si misma depende de cómo la perciban las demás.

La identidad personal se forma a partir de una serie de circunstancias concretas que nos afectan, pero que hemos de asumir como propias. Reconocernos las personas unas a otras como tales, es reconocer la igualdad en cuanto a dignidad y derechos, pero al mismo tiempo diferentes en cuanto al aspecto físico, capacidades y limitaciones, gustos, experiencias..., convirtiéndonos en seres únicos.

Para sentirnos felices, necesitamos percibir que formamos parte de un grupo o que estamos conectados con las demás personas.

El hombre es un ser social que quiere ser aceptado por el grupo. Ese instinto por formar parte del grupo se puede trasladar también a los equipos de trabajo. Está demostrado, sobre todo a través de la publicidad y del consumo, que las personas imitamos lo que hacen las demás.

Para sentirse bien con las demás, primero hay que estar bien con una o uno mismo, y para poder valorarse, primero hay que conocerse.

Autoaceptarnos implica reconocer nuestras cualidades positivas y negativas, reconocer nuestra dignidad innata como personas que pueden equivocarse.

La pecera

Branden² mantiene la postura que si puedo aceptar –me guste o no me guste– que soy lo que soy, que siento lo que siento, que he hecho lo que he hecho..., entonces puedo aceptarme a mí mismo o misma y estoy del lado de la realidad, no contra ella, y no tengo que malgastar mis energías pretendiendo, ante mí mismo o misma y ante las demás personas no ser lo que en realidad soy.

Aceptarse a sí misma o mismo no significa carecer del deseo de cambiar, mejorar o evolucionar. Lo cierto es que la aceptación es la condición previa del cambio, este no puede existir si previamente no reconozco tener aquello que quiero cambiar. Reconocer es aceptar. Aceptarnos es dejar de combatir lo que somos y lo que sentimos, es rendirse a la realidad y acogerla.

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta. El psicólogo y psicoanalista Erik Erikson³ considera que la adolescencia es definida como el periodo en el que se produce la búsqueda de la identidad que define al individuo para toda su vida adulta.

La formación de la identidad es un proceso que comienza a partir de ciertas condiciones propias de la persona, presentes desde el momento de su nacimiento, junto a ciertos hechos y experiencias básicas y con el contexto sociocultural en el que vivimos como fundamental.

La identidad es un saber de quién es una o uno, hacia dónde se dirige en la vida y en qué forma encaja en la sociedad. Se refiere a la estabilidad que requiere una persona para lograr la transición de la dependencia de los demás a la dependencia de sí misma o mismo. El contenido de la identidad tiene que ver con los compromisos, las elecciones, la ocupación laboral, los valores, las ideologías, la conciencia crítica, los roles, la sexualidad.

² Véase Nathaniel Branden, «Cómo mejorar su autoestima», Paidós, 2010, <http://clnicasaludartecr.com/pdf/libros/nb-comomejorautoestima.pdf>.

³ Véase el documento «Identidad en la adolescencia», en el blog *Construcción de mi adolescencia*, <https://prepapsique.files.wordpress.com/2014/03/adolescencia.pdf>.

La pecera

La frustración en la fase de identidad de la adolescencia se hace presente en la confusión, una paralización regresiva producida cuando la persona adolescente se expone a un conjunto de demandas y exigencias que no se siente capaz de atender: de intimidad sexual y física, de elección profesional, de hacerse un lugar en la sociedad, de autodefinición personal y social...

El autoconcepto y la autoestima (cómo se siente, cómo piensa de sí mismo o misma, cómo se valora, es decir lo que pensamos de nosotros o nosotras mismas respecto a las propias capacidades para conseguir lo que nos proponemos) están relacionados con el modo en como los y las adolescentes van construyendo su identidad personal.

Las distintas sociedades, en cada momento histórico, atribuyen significados diferentes a cada género, estableciendo una serie de características para cada uno, es lo que se ha denominado como identidad de género. Se aprende a ser hombre y mujer. Lo femenino y lo masculino son características socioculturales y no naturales.

Enlaces de interés

- Irene Silva Diverio (coordinadora), *La adolescencia y su interrelación con el entorno*, Injuve, 2007, http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf.
- Tania Esmeralda Rocha Sánchez, «Desarrollo de la identidad de género desde una perspectiva psico-socio-cultural: un recorrido conceptual» *Interamerican Journal of Psychology*, vol. 43, nº 2, 2009, http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-96902009000200006.
- Norberto Smilg Vidal, *Ética y ciudadanía, 4 ESO*, Proyecto la casa del saber, Santillana, 2008.

UNIDAD DIDÁCTICA PROFESORADO

La pecera

Agnes Ornia Luna, Gijón, 2016/17
Cortometraje

La selección de las películas se ha hecho con la colaboración de todo el profesorado que hizo aportaciones en el curso 16/17.

La elaboración de las unidades didácticas ha sido realizada por el equipo de la División de Promoción Social de la Fundación Municipal de Servicios Sociales:

- M^a Teresa Álvarez Carrió.
- Aída Araújo Fernández.
- Rosa Ardura Suárez.
- Antonio Bernardo García.
- Eduardo Fernández Álvarez.
- M^a Jesús Ramos Roca.
- Julio Rozada Vega.

Promocionado y financiado por la Fundación Municipal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón. Con la colaboración del Centro del Profesorado y Recursos de Gijón – Oriente y el apoyo de la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias.

Toda la documentación está disponible en la web <http://sociales.gijon.es>.

Fecha de edición: diciembre 2017.

