

Es que me da vergüenza...

1. Lee el comienzo de esta historia y conviértela en una aventura interactiva.



14.30 del viernes en el instituto Copérnico. Isobel sale de clase de Matemáticas con un montón de carpetas y libros en el brazo. Tiene mucha tarea para este fin de semana. Avanza ensimismada por el pasillo, pensando en cómo organizar el fin de semana para que le dé tiempo de hacer sus tareas y también de salir un rato con sus amigas. Llega a la puerta, pero tropieza en el escalón y se cae... Los libros y las carpetas salen volando, las gafas se le descolocan y le quedan torcidas. La verdad es que la estampa es graciosa. Enseguida se forma un corrillo a su alrededor. Entre la gente, aparece Fernando, el chico que más le gusta... Isobel se pone coloradísima.

- Escribe una continuación para esta historia en la que Isobel se deja llevar por la vergüenza.
- Escribe una continuación para esta historia en la que Fernando ayuda a Isobel a superar su vergüenza.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Imágenes: David Schaffer/Caiaimage/Getty Images.



Quince días después, Isobel está en la heladería de al lado del instituto con su amiga Jennifer. Están sentadas en la terraza tomando un batido. De pronto, pasa Fernando con su mejor amigo, que es el hermano de Jennifer. Los chicos se paran a hablar y...

- Escribe una continuación, en la que Fernando e Isobel se quedan hablando a solas.

.....
.....
.....
.....
.....

- Escribe una continuación en la que Fernando le confiesa a su amigo lo que siente por Isobel.

.....
.....
.....
.....
.....

En verano, Fernando decide apuntarse a un campamento de vela en el lago que hay cerca de la ciudad. Isobel también está allí. En una excursión en velero, en la que participan seis personas además de Isobel y Fernando, Isobel comunica que se muda a otra ciudad.

- Escribe una continuación, en la que Fernando no se atreve a decirle a Isobel lo que siente.

.....
.....
.....
.....
.....

- Escribe una continuación en la que Fernando le confiesa a Isobel lo que siente.

.....
.....
.....
.....
.....

2. Responde a estas preguntas.

- ¿Alguna vez has dejado de hacer algo por vergüenza? ¿El qué? ¿Te arrepentiste?

.....

- ¿Hay alguna cosa que te gustaría hacer pero que no haces por vergüenza? ¿El qué?

.....

Competencias emocionales trabajadas:

Toma de conciencia de cómo las emociones inciden en el comportamiento. Capacidad para expresar las emociones de forma apropiada.

3. Plantea esta encuesta sobre la vergüenza a 10 personas de tu instituto.



1. ¿Qué es lo que más vergüenza te da actualmente? Ordena de 1 (menos vergüenza) a 10 (más vergüenza).

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Hablar en público. | <input type="checkbox"/> Que me vean con mis padres. |
| <input type="checkbox"/> Mi aspecto. | <input type="checkbox"/> Salir sin querer en zapatillas a la calle. |
| <input type="checkbox"/> Que me vean desnudo. | <input type="checkbox"/> Que me pillen mintiendo. |
| <input type="checkbox"/> No saber la lección cuando me preguntan. | <input type="checkbox"/> Caerme ante otras personas. |
| <input type="checkbox"/> Que alguien me critique. | <input type="checkbox"/> Que mi familia hable de ciertas cosas. |

2. ¿Cuál de estos momentos de la infancia recuerdas con más vergüenza?

- Hacerme pis en la cama.
- Ir al cole con mis padres cuando ya quería ir solo.
- Tener que saludar a extraños.

3. ¿Crees que te has vuelto más vergonzoso con el tiempo?

- Sí.
- No, lo contrario.
- No: solo han cambiado las cosas que me hacen sentir vergüenza.

4. ¿Te sueles atrever a hacer cosas novedosas?

- No, nunca; me da vergüenza.
- Sí, casi siempre.
- A veces.

5. ¿Cómo reaccionas cuando te presentan a alguien?
- Saludo con confianza y naturalidad.
 - Me siento apabullado y avergonzado.
 - En general, no me gusta conocer gente, pero es algo que puedo tolerar.
6. Cuando te sonrojas...
- Lo noto enseguida y eso me hace enrojecer aún más.
 - Noto el calor en la cara e intento relajarme para que se me pase.
 - La verdad es que no suelo darme cuenta.

4. Analiza las respuestas que has obtenido.

- Para analizar las respuestas a la primera pregunta, suma los puntos que asigna cada encuestado a cada una de las opciones. Utiliza una tabla como esta:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total
Hablar en público											
Que me vean con mis padres											
Mi aspecto											
Salir sin querer en zapatillas a la calle											
Que me vean desnudo											
Que me pillen mintiendo											
No saber la lección si me preguntan											
Caerme ante otras personas											
Que alguien me critique											
Que mi familia hable de ciertas cosas											

Competencias emocionales trabajadas:

Toma de conciencia de cómo las emociones inciden en el comportamiento. Comprensión de las emociones de los demás.



5. Busca obras de los siguientes artistas en las que aparezcan representados cuerpos desnudos y pégalas aquí.

Édouard Manet

Egon Schiele

Fernando Botero

Charles William Mitchell

Peter Paul Rubens

Sandro Botticelli

Hans Memling

Praxíteles

Gustav Klimt

- ¿En cuáles de las obras el cuerpo desnudo se representa de forma perfecta, idealizada?

.....

.....

- ¿En cuáles los cuerpos se muestran con defectos?

.....

.....

- ¿En alguna de las obras crees que aparece la vergüenza ante el desnudo?

.....

.....

- Elabora una línea del tiempo y sitúa las obras en ella.



6. Buscad ahora algunas fotografías de anuncios publicitarios que muestren desnudos tanto masculinos como femeninos y comparadlas con las obras de arte con las que habéis trabajado.

	Similitudes	Diferencias
Forma del cuerpo		
Expresión de la cara		
Postura		
Proporciones		
Actitud		
Adornos		

7. Observad las obras desde una perspectiva cronológica y debatid en grupo:

- ¿Ha cambiado la percepción del desnudo a lo largo del tiempo?
- ¿Y su representación?
- ¿A qué creéis que se debe?

Competencias emocionales trabajadas:

Toma de conciencia de cómo las emociones inciden en el comportamiento. Capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de los medios de comunicación.