

DRAGONES, RATONES Y SERES HUMANOS AUTÉNTICOS



Primero vemos la presentación en el aula y vamos identificando tres tipos generales de maneras de relacionarnos con los demás: como un ratón sumiso, como un dragón dominante o como un ser humano auténtico que se relaciona de manera asertiva.

El objetivo es que identifiquen que la manera más saludable es la asertiva y las implicaciones que tienen las otras dos.

- Para esto realizamos una dinámica vivencial mediante la técnica del role-playing:
- Elaboramos una lista de situaciones que son habituales en su vida cotidiana y a la que tienen que dar un tipo de respuesta:
- Salen dos alumnos y les asignamos una situación a representar. Cada uno interioriza el rol que le ha tocado y a continuación, por separado han de coger un papel al azar de la caja de cartón que nadie más vea. La consigna es que si les sale un papel verde tienen que gestionar la situación de forma asertiva. Si sale rojo pueden gestionar como ratón o dragón. Hacemos reflexión grupal tras cada representación para ayudarles a identificar que si gestionan de manera sumisa o dominante esto afectará a su autoconocimiento, a su autoestima y a sus relaciones interpersonales.