



## ACTIVIDAD

# ¡Chico, tú vales mucho!

Autoría:

Eva Pilar Ruiz Lozano, Iluminada Jurado Ruiz, Verónica Gil Casado y Laura Peralta Contreras.

**DESMONTA**  
*tu lado*  
**HATER**  
Activa el modo friendly



## Descripción

El objetivo es hacer comprender al alumnado la necesidad e importancia de usar un vocabulario positivo para expresarnos con los demás, ya sea de manera directa o a través de las redes sociales. Usando la técnica de la lluvia de ideas intentamos acercar la realidad y el planteamiento de estrategias concretas.

Tras una introducción del tema, los chicos y chicas redactarán una carta, siguiendo unas instrucciones concretas. Pondrán en práctica habiendo entendido la importancia de usar un lenguaje adecuado y positivo para poder comunicarse sin dañar a nadie, usando mensajes propios de las redes sociales, tarjetas adhesivas o modificando situaciones negativas por las equivalentes en lenguaje asertivo.

## Objetivos

- Conseguir que el alumnado sea capaz de usar un lenguaje positivo.
- Tomar conciencia de la necesidad de comunicarnos de forma amable y asertiva.
- Apreciar la importancia de un lenguaje asertivo y respetuoso para con sus iguales.

## Recursos

- Pizarra o pizarra digital.
- Papel.
- Bolígrafo.
- Post-it.
- Smartphone.

## Tiempo de actividad

- 2 horas. En dos sesiones de 60 minutos cada una.





## Edad recomendada

- Desde los 10 años.

## Desarrollo

### Parte 1: Ejercitando el lenguaje positivo

La sesión tiene tres actividades que están relacionadas:

#### 1. Se realiza una primera lluvia de ideas entorno a las preguntas:

- ¿Por qué creéis que debemos usar un lenguaje positivo, en el que las palabras que motiven o no insultan, ayuda a relacionarse con los demás?
- ¿Qué significa la oración «Dime cómo hablas y te diré quién eres»?

#### 2. Carta a ti mismo. Se motiva la actividad de la siguiente forma:

«Vas a escribirte una carta en la que redactes aquellas experiencias que piensas que te harán feliz dentro de un año, y que la entregues a alguien de confianza para que te la reenvíe dentro de 365 días. No la hagáis demasiado larga, una carilla de un A4 como máximo. incluid vuestro nombre y apellidos y escribidla para que la entiendas dentro de un año.»

Una vez terminada se les recuerda que la deben entregar a alguna persona para que la guarde, pudiendo ser el docente que esté realizando la actividad.

Antes de continuar con la siguiente sesión se comenta en gran grupo: ¿Cómo os habéis sentido escribiendo la carta? ¿qué es lo que más os ha costado escribir?

Es importante guardar una sesión al año siguiente para releer las cartas y comentar que se siente y ver reflexiones que salen de la experiencia.

#### 3. Se trata de una actividad para transformar el lenguaje que usamos para hablar de las situaciones que vivimos en la vida.

Se les pide que recuerden un suceso que hayan vivido y que les haya supuesto un reto.

Se le pide, que de forma persona y breve, le escriban con el mayor número de expresiones positivas que puedan, para después contarlos al gran grupo de forma voluntaria.

En gran grupo se comentan si las expresiones usadas son realmente positivas o no y se reformulan aquellas que se vea necesario.

#### 4. Para el cierre de la sesión se les pide que con una palabra resuman lo que han aprendido.





## Parte 2: Profundizando

La sesión consta de dos actividades relacionadas.

1. Por parejas, elaboran un mensaje que mandarían a través de las redes sociales a sus amistades, familia o grupos cercanos.

Se les pide:

«Por parejas, elaborad un mensaje que pudierais mandar a través de las redes sociales a vuestras amistades, familia o grupos cercanos. Para elaborar el mensaje, cada uno/a debe pensar en aquellas personas que considera vitales/importantes en su vida, sin las que os resultaría muy difícil vivir. A esos contactos debéis hacer llegar ese mensaje positivo, alabándolos, agradeciendo su amor, cariño, amistad y/o ayuda.»

Para los más pequeños, estos mensajes en lugar de ser enviados usando el móvil, lo pueden escribir en papeles pequeños o notas adhesivas.

Cuando terminen se les pide:

- ¿cómo os habéis sentido escribiendo y pensado en estas personas?

Cuando le habéis enviado

- ¿Qué os han respondido?

2. Vamos a analizar el otro lado de los mensajes, aquellos que son negativos.

Se pregunta en gran grupo y se hace una lluvia de ideas sobre las cuestiones:

- ¿Recodáis mensajes negativos que insulten a alguien?
- ¿Por qué no volvéis a reescribirlos usando solo lenguaje positivo?

Habiendo recogido estos mensajes se les pide que elaboren críticas constructivas, no destructivas de cada uno. Se leen en gran grupo y se reconstruyen si aun no se consigue ver de forma asertiva.

3. Para terminar, proyectar las imágenes que animan a usar un lenguaje positivo y las situaciones en las que se puede llevar a cabo. (**anexo**)

El alumnado que pertenezca al grupo de mediación puede ser el responsable de estar pendientes del buen uso de este lenguaje, denunciando y/o comentando con los compañeros o el tutor/a si no es así. Hacer un cuidado especial de las redes sociales.

Cierre de la actividad y conclusiones.

Durante tres semanas o el tiempo que decidáis en el aula, al iniciar la jornada puede hacerse el siguiente ejercicio: (no más de 5 minutos)





«Escribir en la pizarra o en un papel que podéis colgar en un mural una frase motivadora que os ayude a empezar el día con energía positiva. Podéis comentarla y sacar conclusiones entre todos.»

## Evaluación

Al final de cada sesión, el docente que realiza la tarea hace un sondeo (voz alta) sobre cómo ha ido la actividad. Preguntando:

- ¿Qué os ha parecido la actividad?
- ¿Qué os ha gustado más? ¿Qué menos?
- ¿Cómo podemos integrar lo que hemos trabajado?



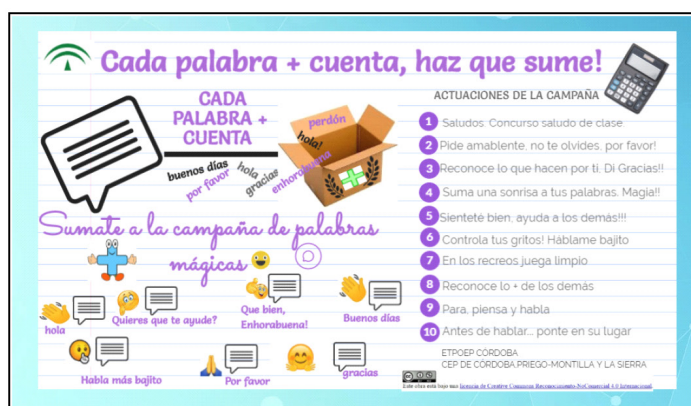


# ANEXO I

**DESMONTA**  
*tu lado*  
**HATER**  
Activa el modo friendly

## Proyecciones de lenguaje positivo

CAMPAÑA PARA EL BUEN USO SOCIAL DEL LENGUAJE  
CADA PALABRA CUENTA. HAZ QUE SUME



Extraído de:

<https://drive.google.com/file/d/1Vp1Lp5GLgAykRL5lvYt9QCdLpTXqXbhc/view>

