

PLAN DE LAS SESIONES

OBJETIVOS DE LAS SESIONES: A partir de consultas a un consultorio sentimental se busca que los alumnos sean capaces de expresar sentimientos y emociones con respecto a problemas amorosos, de pareja, etc., así como que sean capaces de dar consejos a personas que tengan ese tipo de problemas sentimentales. Para alcanzar este objetivo se trabajan las cuatro destrezas y aspectos lingüísticos como el consejo (imperativo, condicional) y el subjuntivo.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES	OBJETIVOS	FORMA DE TRABAJO (interacción)	CONTENIDOS Y EXPONENTES	DESTREZA QUE SE TRABAJA	TT	MATERIAL NECESARIO
PREACTIVIDAD	Hacer hipótesis sobre cuáles creen que son los problemas más frecuentes que afectan negativamente a las relaciones de pareja. Hacer hipótesis sobre el tema presentado.	Clase entera	CONTENIDO GRAMATICAL: - (Yo) <i>creo que</i> + indicativo - <i>En mi opinión...</i> - <i>Según mi experiencia</i>	EO, CA	15'	Preguntas que inviten y motiven al alumno a participar y dar su opinión sobre el tema que se expone.
ACTIVIDAD 1 1.1 Lectura de un texto en el que se exponen 10 problemas que deterioran el amor.	Leer un texto sobre los problemas del amor y que los alumnos comparen sus anteriores hipótesis con las que aparecen en el texto.	Individual	CONTENIDO GRAMATICAL: - (No) <i>Comparto la opinión</i> - <i>En mi opinión</i> - (Yo) <i>no lo veo así porque...</i> - (No) <i>Estoy totalmente de acuerdo</i>	CL	5'	Texto titulado <i>Los diez principales problemas que deterioran el amor (Anexo I)</i>
1.2 Comentar oralmente las ideas	- Saber reaccionar ante las nuevas hipótesis.	Puesta en común	- (Yo) <i>no creo que</i> + subjuntivo. CONTENIDO LÉXICO:	CO	15'	Formas para contrastar y reaccionar ante las

del texto.			<p>Expresiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Psicología clínica</i> - <i>Consultorio Sentimental</i> - <i>Ocuparse del hogar</i> <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>deteriorar</i> - <i>generar</i> - <i>desamor</i> 			opiniones de los demás.
------------	--	--	--	--	--	-------------------------

<p>ACTIVIDAD 2</p> <p>2.1 ¿Qué saben de los consultorios sentimentales? ¿Qué tipo de personas (edad...) acuden a ellos? ¿Existen en su país los consultorios sentimentales?</p>	<p>Familiarizar a los alumnos con los consultorios sentimentales y ver su extensa presencia en la sociedad española.</p>	<p>Clase entera</p>	<p>CONTENIDO SOCIOCULTURAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consultorio sentimental en sus países. - En España: revistas (<i>Psychologies...</i>), radio, internet <p>CONTENIDO FUNCIONAL:</p> <p>Para pedir consejo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>¿Qué me aconseja/s?</i> - <i>¿Puede/s ayudarme a solucionar mi problema?</i> - <i>¿Qué puedo / debo hacer?</i> <p>Para dar consejos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>te aconsejo que + subjuntivo</i> - <i>si fuera tú + condicional</i> - <i>yo, en tu caso / lugar + condicional</i> - <i>yo que tú + condicional</i> - <i>lo mejor sería que + subjuntivo</i> <p>CONTENIDO LÉXICO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>corazón que no ve, corazón que no siente</i> - <i>no hay mal que por bien no venga</i> - <i>salvar la relación / el matrimonio</i> 	<p>EO, CA</p>	<p>10'</p>	
<p>2.2 Audiciones de dos personas que llaman a un programa de radio (consultorio sentimental) para exponer su problema sentimental y las respuestas de la experta del</p>	<p>Ver el modo como se plantean los problemas sentimentales y las formas para dar consejos.</p>	<p>Clase entera</p>	<p>CONTENIDO FUNCIONAL:</p> <p>Para pedir consejo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>¿Qué me aconseja/s?</i> - <i>¿Puede/s ayudarme a solucionar mi problema?</i> - <i>¿Qué puedo / debo hacer?</i> <p>Para dar consejos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>te aconsejo que + subjuntivo</i> 	<p>CA</p>	<p>15'</p>	<p>CD o casete con las grabaciones.</p>

<p>consultorio sentimental. Los alumnos anotan las expresiones que sirvan para dar consejos.</p>			<p>- <i>si fuera tú</i> + condicional - <i>yo, en tu caso / lugar</i> + condicional - <i>yo que tú</i> + condicional - <i>lo mejor sería que</i> + subjuntivo</p> <p>CONTENIDO LÉXICO: - <i>corazón que no ve, corazón que no siente</i> - <i>no hay mal que por bien no venga</i> - <i>salvar la relación / el matrimonio</i></p>			
<p>2.3 Ver la transcripción de las audiciones y comentarlas.</p>	<p>Aprender expresiones (refranes) relacionados con problemas de pareja.</p>	<p>Clase entera</p>	<p>CONTENIDO ESTRATÉGICO: Los alumnos suponen el significado de una expresión desconocida a partir de un contexto que la define.</p>	<p>CL</p>	<p>5'</p>	<p>Transcripciones (Anexo II)</p>
<p>2.3.1 A través de las transcripciones anteriores los alumnos intentan saber el significado de ciertas expresiones (<i>el tiempo lo cura todo...</i>).</p>		<p>Grupos de 3</p>		<p>CL</p>	<p>10'</p>	

<p>ACTIVIDAD 3 Jugando el rol de expertos de un consultorio sentimental, los alumnos dan consejos a dos consultas recibidas.</p>	<p>Usar correctamente las expresiones aprendidas anteriormente así como practicar la función de "dar consejos".</p>	<p>Grupos de 3</p>		<p>CL, EE</p>	<p>15'</p>	<p>Consultas de personas a un consultorio sentimental (Anexo III)</p>
---	---	--------------------	--	---------------	------------	---

<p>ACTIVIDAD 4 Se les entrega por escrito a cada grupo dos respuestas dadas por una experta de un consultorio. A continuación, se hace una audición donde 5 personas hablan de sus problemas sentimentales. Cada grupo intenta saber qué intervenciones corresponden a las respuestas entregadas</p>	<p>Saber relacionar problemas sentimentales con sus consejos.</p>	<p>Grupos de 3</p>	<p>CONTENIDO ESTRATÉGICO: - Discriminar - Relacionar CONTENIDO LÉXICO: Expresiones: - <i>el tiempo lo cura todo</i> - <i>el tiempo cura todas las heridas / llagas</i> - <i>el amor es ciego</i> - <i>romper la relación</i></p>	<p>CA</p>	<p>15'</p>	<p>- Hoja de respuestas de una experta de un consultorio sentimental (Anexo IV) - CD o casete con las audiciones (Anexo V)</p>
---	---	--------------------	---	-----------	------------	--

<p>ACTIVIDAD 5</p> <p>5.1 Explicar por escrito dos problemas sentimentales de dos personas inventadas y pedir consejo a una experta de un consultorio sentimental.</p>	<p>Aplicar lo aprendido en estas sesiones a través de la elaboración de varios escritos (exponer problemas y dar consejos).</p>	<p>Grupos de 3</p>		<p>EE</p>	<p>15'</p>	
--	---	--------------------	--	-----------	------------	--

<p>5.2 Los grupos se cambian sus escritos, los corrigen y dan consejos por escrito a los problemas planteados.</p>		<p>Grupos de 3</p>		<p>EE</p>	<p>15'</p>	<p>Escritos de los alumnos.</p>
---	--	--------------------	--	-----------	------------	---------------------------------

<p>5.3 Lectura de los problemas planteados y de los consejos dados a éstos.</p>		<p>Clase entera</p>		<p>CA</p>	<p>10'</p>	<p>Escritos terminados de los alumnos.</p>
--	--	---------------------	--	-----------	------------	--

ANEXO I

LOS 10 PRINCIPALES PROBLEMAS QUE DETERIORAN EL AMOR

La práctica clínica psicológica señala que existen 10 principales problemas que deterioran el amor y las relaciones armoniosas de pareja. Además, estos problemas son los que aparecen con mayor frecuencia en los Consultorios Sentimentales.

- 1.- **Las grandes y pequeñas diferencias.** Diferencias en objetivo, en intereses y en los hábitos cotidianos que, día a día, van generando una serie sucesiva de conflictos pequeños que pueden provocar el desamor.
- 2.- **La pareja se extiende.** La llegada del embarazo genera en algunos casos disgustos y decepciones, generalmente con el primer hijo y cuando éste no es ni esperado ni deseado. Muchas veces el embarazo impide el cumplimiento de objetivos académicos, profesionales, económicos y obliga a cambiar los intereses y metas de la pareja.
- 3.- **La insatisfacción sexual.** Algunas parejas -algunas encuestas indican más del 30%- conviven sin tener una plena sexualidad y, lo que es peor, sin comentárselo entre ambos. Tampoco buscan ayuda profesional.
- 4.- **La comunicación negativa.** Nos referimos, en primer lugar, a los eternos pensamientos paranoicos que algunos tienen, en el sentido de que piensan que su pareja, de una u otra forma, les va a hacer daño. Por ejemplo, si la pareja está callada porque simplemente está pensando en algún suceso del día, el pensamiento paranoico provoca reacciones como ésta: "Debe estar callado(a) porque está enfadado(a) conmigo". Otro es el pensamiento negativo, donde siempre creen algunos que todo les sale mal, o que tienen una autoestima muy baja. No importa lo que haga la pareja, nunca estarán satisfechos. Sólo ven lo negativo, nunca lo positivo.
- 5.- **Las distintas etapas del amor también generan problemas a la pareja.** La primera crisis ocurre generalmente al tercer año de relación, cuando decae la etapa que llamaremos *pasional*, donde tiene una gran importancia el dedicarse el uno al otro. En este momento, cada miembro de la pareja, comienza a pensar en los otros objetivos y metas que le reclama la vida y la rutina se hace cada vez más presente.
- 6.- **¿Quién se ocupa del hogar?** La distribución de las cargas de las tareas del hogar, siempre genera conflicto. En la actualidad, las mujeres piden igualdad en las labores caseras y los hombres, generalmente se resisten a aceptarlo.
- 7.- **Otro problema son papá y mamá,** o dicho de otra forma los problemas que generan las familias de cada miembro de la pareja.
- 8.- **La infidelidad y los celos.** Esta circunstancia genera un profundo resentimiento en la pareja engañar. Sin llegar a la infidelidad, de igual manera, los celos son un factor de perturbación en el amor.
- 9.- **La carga del medio ambiente.** Nos referimos a los problemas que significan para la pareja el que uno de los dos consuma drogas o alcohol. La influencia de los amigos, las reuniones de trabajo, el status social, etc.
- 10.- Por último -no podían faltar- los **problemas económicos:** ¿En qué gastaste el dinero?... Todo lo que tú haces es gastar.

ANEXO II

1.

Hola, Pilar

Hace mucho tiempo que escucho tu programa pero sinceramente nunca pensé que te llamaría. Sin embargo, desde hace unos meses, mi matrimonio ha cambiado mucho. Todo empezó cuando despidieron a mi marido del trabajo y, pese a sus esfuerzos, no encontraba nada. Yo intentaba animarle pero poco a poco nos hemos ido distanciando más. Yo sigo luchando por salvar nuestro matrimonio y a veces me digo que el tiempo cura todas las heridas, pero cada vez soy más pesimista. Ya no sé qué hacer y por eso he acudido a ti a ver si me podías ayudar. ¿Qué puedo hacer? No quiero perder a mi marido.

Respuesta

Lamentablemente este es uno de los problemas que más están afectando en la actualidad a las parejas. Yo te aconsejo que no te rindas, que demuestres a tu marido que tu estas ahí para apoyarle y que no has dejado de quererle. Yo, si fuera tú, hablaría directamente con él sobre lo que os esta pasando. Hablar es siempre lo mejor, y sobre el hecho de que el tiempo lo cura todo es mejor no pensarlo porque todavía estas a tiempo de salvar vuestra relación.

2.

Buenas tardes, Pilar

Ante todo quiero felicitarte por el programa. Eres una persona muy comprensiva y das mucha confianza. Mira, mi problema es que mi pareja es muy celosa. Yo lo sabía antes de irnos a vivir juntos pero antes se controlaba mucho más. Pero desde que vivimos juntos mi vuelta a casa es como entrar en un interrogatorio. Como voy vendiendo por las casas se imagina que le soy infiel y me aplica el "corazón que no ve, corazón que no siente". Yo la quiero mucho pero así no puedo seguir. A veces pienso que va a cambiar pero no estoy del todo seguro y no quiero esperar hasta que sea demasiado tarde. ¿Qué me aconsejas?

Respuesta

Bueno, de nuevo el tema de los celos. No es fácil afrontar una situación así pero lo más importante es que tu pareja sepa lo mucho que la quieres y la necesidad de que haya confianza entre vosotros. Lo mejor sería que le dieras alguna sorpresa, algún viaje en el que podías estar tranquilos y hablar del tema. Si tu pareja es consciente de que estás muy enamorado de ella y que no quieres estar con nadie más, será mucho más comprensiva. Yo en tu lugar haría algo así, ya verás que después de eso vuestra relación irá mucho mejor: "No hay mal que por bien no venga" Ese es mi consejo pero ahora eres tú quien tiene que decidir lo que hacer.

ANEXO III

1.

Hola,

Mi problema es que desde hace varios meses he empezado a trabajar en una empresa como secretaria y poco a poco me han ido dando más responsabilidades en el trabajo. Mi marido al principio estaba contento de que yo trabajara, pero ahora que ve que gano casi tanto dinero como él y noto que no se siente muy cómodo.

Ahora hablamos menos que antes, siento que nos hemos distanciado y creo que todo es debido a mi trabajo. No entiendo por qué tiene ese comportamiento, no creo que yo esté haciendo nada malo. He intentado hablar con él sobre el tema pero siempre lo evita. Yo le quiero mucho pero no creo que la solución sea dejar mi trabajo para que él se sienta bien. Él me dice que no le pasa nada pero yo le noto algo raro y como no quiere hablar del tema conmigo no sé qué hacer.

¿Qué me aconsejas?

2.

Hola,

Te escribo para hacerte una consulta y que me des tu punto de vista y tu consejo, si es posible.

Llevo con mi novio casi 2 años, yo tengo 35 y él 40, ambos estamos solteros y sin hijos. El problema es que él no quiere tener hijos y prefiere terminar la relación que tenerlos. Su situación ideal es que nos casemos y vivamos juntos sin hijos. No le gustan los niños y no le hace ninguna ilusión ser padre. A mí, en cambio, sí me gustaría tenerlos. Entre los dos hemos llegado a la conclusión de que tendremos que terminar la relación ya que no hay solución al problema. La única solución que yo veo, para evitar la ruptura, es que yo decida no tener hijos ¿Debo acabar mi relación? ¿Debo renunciar a tener hijos? Yo lo quiero, y quisiera poder plantearme un futuro con él pero no sé si eso es posible.

¿Qué me aconsejas? ¿Qué puedo hacer?

ANEXO IV

Respuesta 1

Entiendo que tengas la duda, pero tú ahora piensa y céntrate en lo más importante de todo que es en cómo es tu relación con él en el día a día. Si te sientes querida, os va bien en todos los sentidos y en líneas generales tú estás muy satisfecha con tu novio, no creo que tengas que dudar porque en su móvil había una foto de otra chica. Lo más importante es tu felicidad y si hasta antes de ver esa foto, tú lo estabas bien con él, ¿por qué desconfiar ahora? Sólo es una foto, no tiene porqué significar nada en absoluto, por lo tanto no le des tanta importancia. No pienses en “corazón que no ve, corazón que no siente”.

Entiendo que te hayas puesto celosa, pero tú ahora piensa que él tiene derecho a tener amigas y si quiso hacerle una foto a una amiga, no debes enfadarte y menos aún entristecerte por ello. Es una amiga y así lo tienes que ver.

Si yo fuera tú, confiaría en él. Si tu relación con él siempre ha sido satisfactoria, valóralo y no tengas en cuenta lo demás.
Pilar.

Respuesta 2

Queramos reconocerlo o no, el físico cuenta (“el amor no siempre es ciego”) y si tú desde un principio has sentido que su aspecto no te atrae, eso es muy importante a la hora de seguir adelante con la relación. Si no la encuentras atractiva, tampoco te excitará como mujer, por lo tanto tú no puedes seguir con ella si no te apetece tener relaciones sexuales. Me da la sensación de que simplemente conectas con ella y os lleváis muy bien, pero de ahí a tener una relación más seria, yo me lo pensaría. Me has dicho que llevas 6 meses con ella y si en todo este tiempo tus dudas han estado siempre ahí, yo no creo que más adelante cambies, puede ser, todo es posible, pero pienso que no va a suceder así. Sinceramente, yo en tu caso, me lo pensaría. Tampoco tienes porqué forzar las cosas, si estás con ella que sea por amor y porque realmente te sientes feliz y seguro de ti mismo, pero si no es así, lo mejor sería dejarla ahora que lleváis poco tiempo saliendo. Te he dado mi opinión, ahora tú decides.

Pilar.

ANEXO V

1.

Hola, llevo nueve años casados con mi pareja, y otros nueve de novios. Tenemos una hija de 5 años, y hace un tiempo que noto a mi mujer rara. Un día le pregunto qué le pasa y me dice que cree que ya no me quiere con la pasión de antes. Cuando me dijo esto me entró mucho miedo porque yo sí la quiero como antes, y no quiero perderla. Ella me pide tiempo para asimilar esta situación, dormimos en habitaciones separadas. Hemos pensado en separarnos algún tiempo para ver si vuelve el amor pero me da pena y mucho miedo, por nosotros pero sobretodo por nuestra hija.
¿Qué nos aconsejas?

2.

Hola, Pilar!

Te escribo porque necesito un consejo. Hace unos días estaba jugando con el móvil de mi novio y empecé a ver las fotos que nos hemos hecho pero entre nuestras fotos había una de una chica. Me sorprendió y le pregunté que quién era, y me dijo que no era lo que yo estaba pensando, que un amigo suyo le había pedido que le hiciera una foto a ella. Yo me quedé seria tratando de entender lo que me estaba diciendo y al cabo de un rato él borró la foto para demostrarme que no significaba nada. La verdad es que estoy confundida, en un año y 6 meses que llevamos juntos nunca me había pasado algo así. Él me dice que me quiere y que quiere estar conmigo pero ahora empiezo a pensar que quizás me engañó y estoy muy triste. No sé qué hacer.

¿Todo esto que estoy sintiendo son celos? ¿Me fue infiel? ¿Podrías ayudarme a solucionar mi problema?

3.

Hola

Esto es totalmente nuevo para mí, normalmente soluciono mis problemas sola pero en este caso no sé que hacer, por eso te escribo.

Estoy saliendo desde hace 2 meses con un chico, la relación va bastante bien. Tiene muchas cosas que no me gustan, y creo que no estoy enamorada de él pero soy incapaz de dejarlo. Pero, además, mi mejor amigo se me ha declarado y me ha besado y me gusta bastante. Tengo mucho miedo de dejar a uno para estar con el otro y que luego no funcione y que rompamos nuestra amistad. Pienso que no le he dado tiempo al chico con el que estoy ahora para conquistarme realmente. Me gustaría intentarlo con el que estoy ahora pero no quiero perder tampoco a mi amigo: los dos me aportan cosas diferentes, a mi amigo lo conozco hace 6 años ya y a mi chico sólo de dos meses. ¡Qué situación!

A ver si me puedes ayudar con un buen consejo.

4.

Hola, he visto este consultorio y quiero contarte mi problema. Estoy con una chica desde hace casi 6 meses pero no me atrae del todo su físico, y eso me da inseguridad, sobre todo al plantearme ir más allá en la relación. Cuando la conocí me encantaron sus ojos y en aquel momento no vi nada que no me gustase, pero ahora que la relación es más sólida tengo dudas sobre su físico. A ella sin embargo no le pasa eso, me dice que es que yo le doy demasiada importancia. Muchas veces pienso que esto se me pasará con el tiempo “el tiempo lo cura todo”), y que nos irá bien, pero a la vez siento miedo, y últimamente, se está deteriorando nuestra relación por mis dudas con respecto a su físico. También quiero señalar, que aunque no me atraiga del todo, no siento repulsión por ella.

¿Qué puedo hacer?

5.

Me casé con mi mujer hace 20 años. Yo, entonces, estaba muy enamorado de ella. Era una mujer muy guapa, seductora y hacíamos muchas actividades juntos. Sin embargo, desde hace algunos años, nuestra relación se ha ido apagando. Yo la sigo queriendo pero nuestra vida diaria se ha vuelto muy rutinaria y tengo miedo de que se canse de mí. Ella sigue haciendo muchas actividades (natación, yoga, gimnasio) pero yo prefiero quedarme en casa y leer un libro. Ella insiste en que haga cosas pero realmente no me apetecen. Sin embargo estas dos últimas semanas, intentando cambiar un poco nuestra rutina, he empezado a ir con ella al gimnasio, pero siento que nos hemos distanciado un poco. Ella siempre está hablando con sus amigos y amigas y me siento un poco aparte. Quizás se ha cansado de mí y quiero recuperar su amor pero no sé muy bien cómo hacerlo. Siento que ahora somos personas bastante diferentes pero estoy dispuesto a cambiar si hace falta para que no me deje. Pero, ¿por dónde empezar, qué hacer?

¿Puedes ayudarme a solucionar este problema?