

Vamos a realizar un pequeño experimento. Para ello, la clase se dividirá en dos grupos. Cada grupo, por separado, observará las imágenes de un vídeo atendiendo a una serie de indicaciones, todo en absoluto silencio.

Observa el video atentamente, fijándote bien en las características físicas del animal: orejas, hocico, patas...



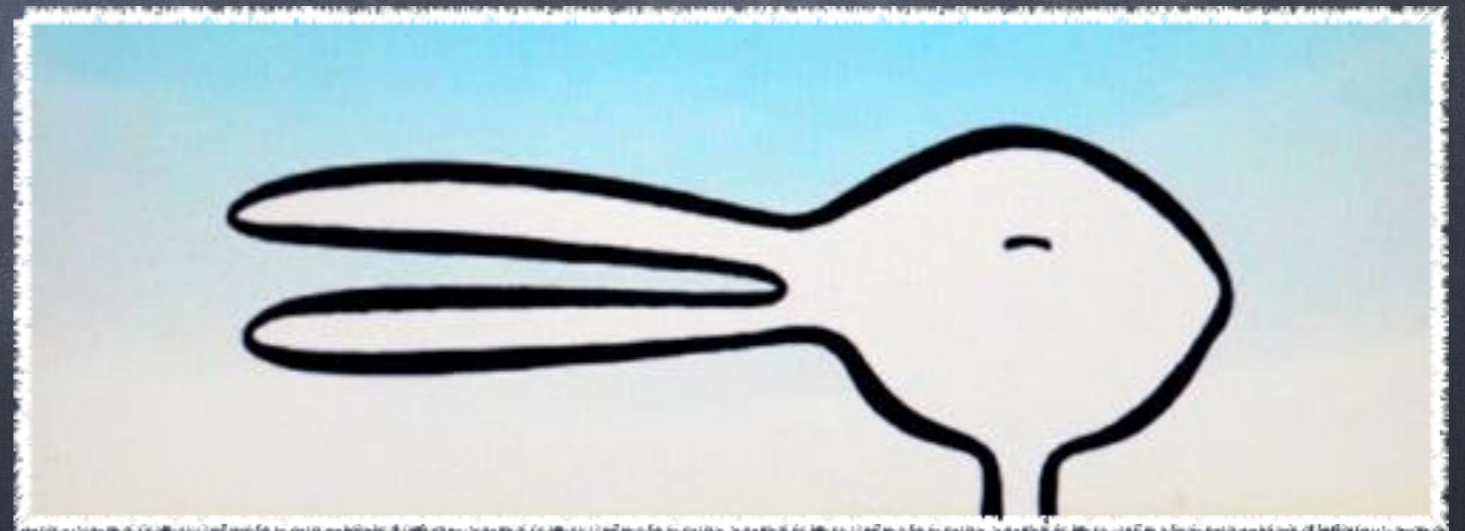
Observa el video atentamente, fijándote bien en las características físicas del animal: pico, forma de la cabeza, ojos...



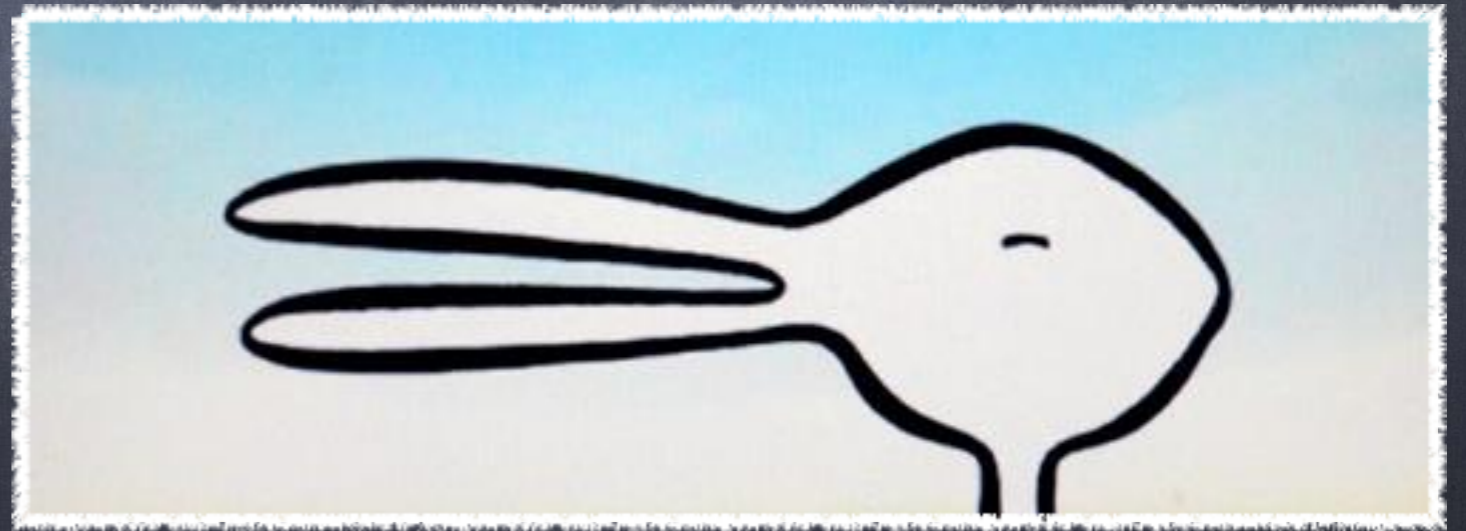


Anota en un trozo de papel qué ves en esta imagen

¿Cuántos
habéis
anotado que
habéis visto un
conejo?



¿Cuántos
habéis
anotado que
habéis visto un
pato?



¿Cuál es la respuesta correcta?



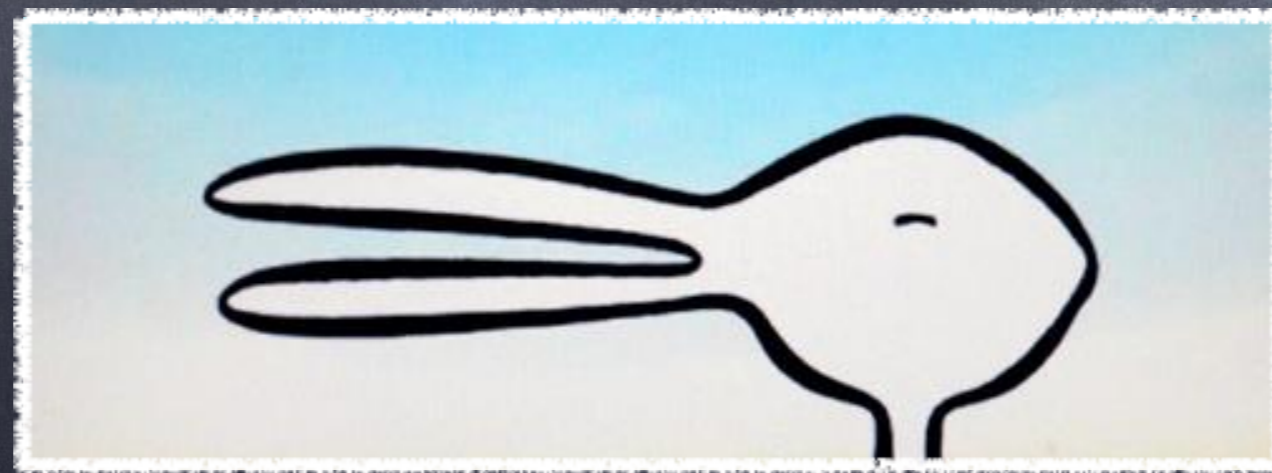
Conejo es respuesta correcta

INTERPRETACIÓN

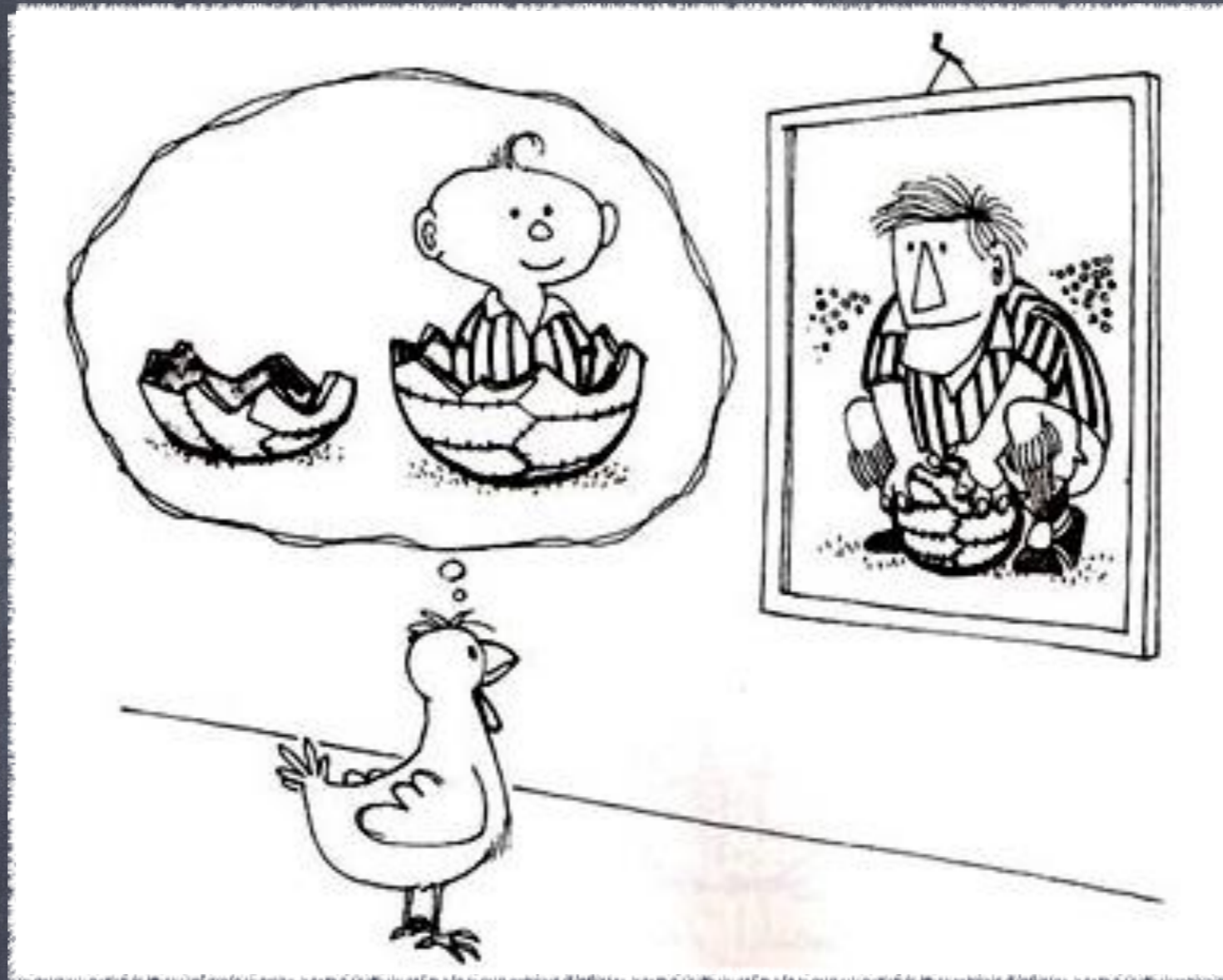


Pato es respuesta correcta

INTERPRETACIÓN



HECHO: es el dibujo de una imagen ambigua que puede interpretarse como un conejo y un pato.



Todos tendemos a pensar que las cosas son como son.
Pero no es así. Vemos el mundo no como es sino como
somos nosotros o como se nos ha condicionado para que lo
veamos.

Debemos aprender a distinguir entre hechos e interpretaciones

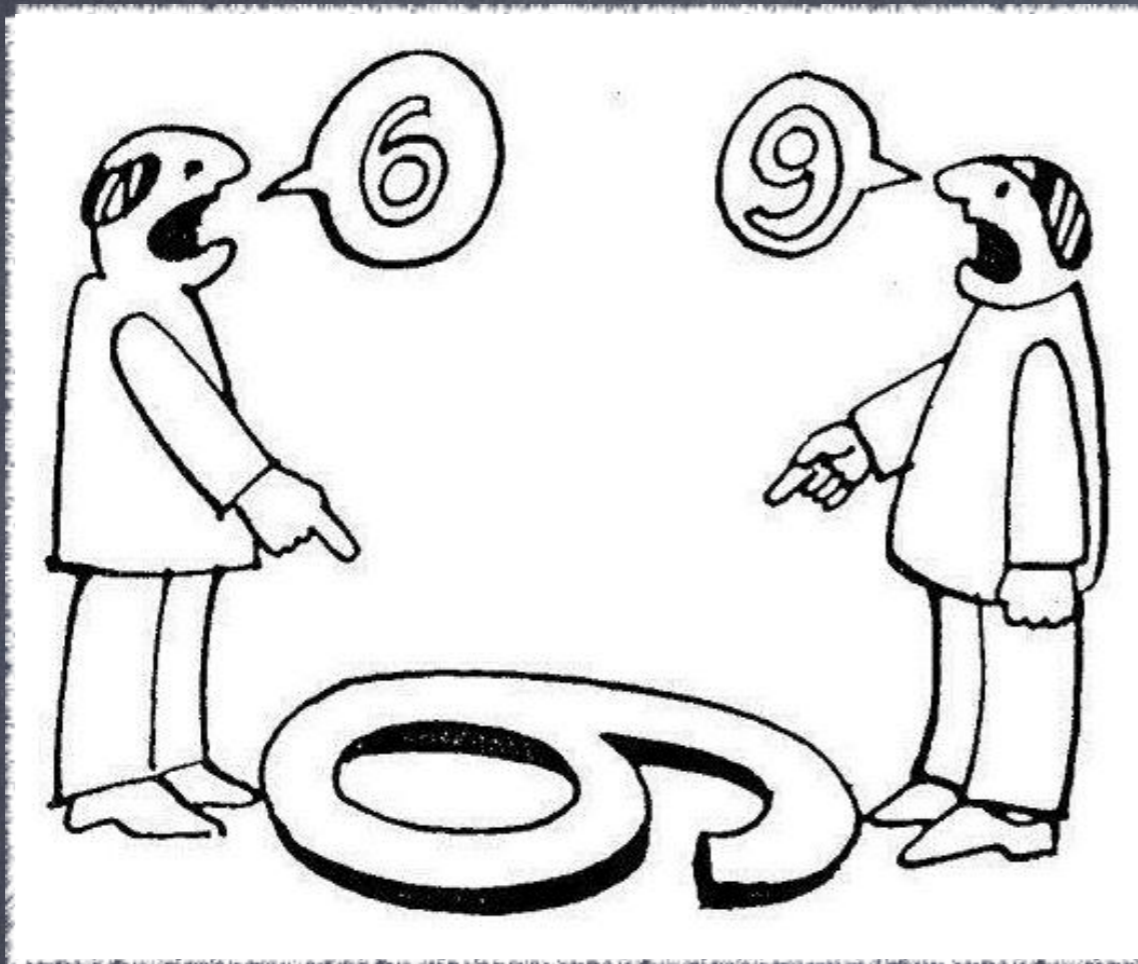
HECHO: es un suceso, algo que sucede o aquellas situaciones que ya han acontecido y no se pueden cambiar.



Ej: Juan y Antonio han peleado por una silla

INTERPRETACIÓN: es la versión personal que cada uno da sobre un mismo hecho.

Ej: "Juan ha empezado la discusión"
"Antonio ha empezado la discusión"



Es lo que yo pienso...

A mi juicio...

En mi opinión...

¿Estamos manejando una interpretación positiva que nos acerca a nuestro objetivo?

¿Para qué digo esto? ¿para qué hago esto?

¿La respuesta te produce una emoción positiva?



¡Sigue adelante! Esa interpretación te abre posibilidades



al con un hecho, nos quitamos posibilidades de tomar u

HECHO:

He suspendido el examen de inglés



INTERPRETACIONES DE POR QUÉ SE HA
SUSPENDIDO EL EXAMEN:

"Se me da mal el inglés"



"El examen era muy difícil"




"No me he esforzado lo suficiente. Si lo hago,
aprobaré el siguiente."



HECHO:
He llegado tarde a clase



INTERPRETACIONES DE POR QUÉ SE HA
LLEGADO TARDE:

"la culpa ha sido del tráfico" 

"Mi hermano/a me ha retrasado" 

"No me he organizado bien así que la próxima
vez lo haré mejor y así no llegar tarde"

