

Una frontera invisible

Final positivo



**CONCEPTO
CLAVE/DEVENTAJA**

Respeto

OBJECTIVOS

- Reconocer la importancia de respetar el espacio personal y los límites.
- Mostrar asertividad al expresar incomodidad de forma amable y clara.
- Fomentar interacciones inclusivas y respetuosas entre compañeros.
- Comprender que establecer límites ayuda a mantener amistades sanas.

**PREGUNTAS
PARA
REFLEXIONAR
(FINAL
POSITIVO)**

1. ¿Cómo crees que se sintió Filippo cuando Luca invadió su espacio personal?
2. ¿Por qué es importante decir a los demás cómo nos sentimos cuando algo nos molesta?
3. ¿Alguna vez te has sentido incómodo porque alguien se acercó demasiado a ti? ¿Cómo lo gestionaste?
4. ¿Cómo podemos pedir espacio personal de forma educada y amistosa?
5. ¿Cómo podemos respetar el espacio personal de los demás y, al mismo tiempo, ser amables y serviciales?

**RECURSOS
ADICIONALES**

El grupo puede participar en un ejercicio sobre el espacio personal en el que exploran distintos niveles de cercanía y comentan cómo varían los límites físicos de una persona a otra. La actividad incluye los siguientes pasos:

Paso 1: Definición de espacio personal. Se explica qué es el espacio personal y por qué es importante respetarlo.

Paso 2: Experimento de proximidad. Se divide al grupo por parejas y se turnan para acercarse poco a poco entre sí. Si uno de los dos se siente incómodo, levanta la mano para indicar que se ha alcanzado su límite. Así, aprenden que cada persona se siente cómoda a diferentes distancias.

Paso 3: Reflexión y debate. Después de la actividad, el grupo comparte sus experiencias y reflexiona por qué es importante respetar los límites para mantener buenas relaciones de amistad y trabajo en equipo.

Una frontera invisible



Final negativo

CONCEPTO
CLAVE/DESVENTAJA

Respeto

OBJETIVOS

- Reconocer las consecuencias de no respetar el espacio personal y los límites.
- Reconocer las emociones y desafíos de las personas que se sienten incómodas pero no lo expresan.
- Comprender que no establecer límites puede llevar a la frustración y a malentendidos.
- Desarrollar estrategias para responder cuando no se respeta nuestro espacio personal.

PREGUNTAS
PARA
REFLEXIONAR
(FINAL
NEGATIVO)

1. ¿Cómo crees que se sintió Filippo cuando no le dijo a Luca que se sentía mal?
2. ¿Qué puede pasar cuando alguien ignora continuamente los límites del espacio personal?
3. ¿Has vivido alguna situación en la que te sentiste incómodo pero no dijiste nada? ¿Cómo te afectó?
4. ¿Por qué es importante comunicar nuestros sentimientos cuando algo nos molesta?
5. ¿Qué podría haber hecho Filippo de forma diferente para mejorar la situación?

RECURSOS
ADICIONALES

El grupo puede participar en el mismo ejercicio sobre el espacio personal descrito anteriormente, adaptado a una reflexión más profunda sobre la importancia de comunicar nuestros límites. La actividad incluye:

Paso 1: Definición de espacio personal.

Paso 2: Experimento de proximidad.

Paso 3: Reflexión y debate.

Aquí se anima al grupo a hablar sobre cómo se sintieron cuando alguien se acercó demasiado y si les resultó fácil o difícil expresar su incomodidad. Se destaca cómo la comunicación clara y el respeto mutuo contribuyen a un entorno seguro para todos.