

Filmoteca sobre inteligencia emocional

["http://www.rafaelrobles.com/wiki/index.php?title=Filmoteca_sobre_inteligencia_emocional"](http://www.rafaelrobles.com/wiki/index.php?title=Filmoteca_sobre_inteligencia_emocional)

De Didáctica de la Filosofía

Parte del proyecto [Cine y filosofía](#)

(Propuesta del profesor Juan Carlos Pérez-González -Facultad de Educación, UNED- para trabajar con sus alumnos, coordinado por Rafael Robles). Para organizar mejor los materiales pido que añadan las películas con este formato: [El origen del planeta de los simios](#)

Contenido

[\[ocultar\]](#)

- [1 Autoeficacia](#)
 - [1.1 "Yo soy la Juani](#)
 - [1.2 La costa de los mosquitos](#)
 - [1.3 Lo que el viento se llevó](#)
 - [1.4 Doce hombres sin piedad](#)
 - [1.5 La tapadera](#)
 - [1.6 Mi vida sin mí](#)
 - [1.7 Doce hombres sin piedad](#)
- [2 Adaptación](#)
 - [2.1 Atrapado en el tiempo](#)
 - [2.2 Mataharis](#)
 - [2.3 Bailando con lobos](#)
 - [2.4 Los lunes al sol](#)
 - [2.5 Ciudad de Dios](#)
 - [2.6 Eduardo Manostijeras](#)
 - [2.7 Tomates verdes fritos](#)
 - [2.8 El ladrón de orquídeas](#)
 - [2.9 El curioso caso de Benjamin Button](#)
 - [2.10 La masai blanca](#)
 - [2.11 Australia](#)
 - [2.12 Querida Bamako](#)
 - [2.13 El diablo se viste de Prada](#)

- 3 Asertividad
 - 3.1 El último rey de Escocia
 - 3.2 FARENHEIT 451
 - 3.3 Doce hombres sin piedad
 - 3.4 Preciosa
- 4 Auto percepción
 - 4.1 Las horas
 - 4.2 Lugares comunes
 - 4.3 Los puentes de Madison
 - 4.4 Brokeback Mountain
 - 4.5 QUIERO SER COMO BECKHAM
 - 4.6 DONDE VIVEN LOS MONSTRUOS
- 5 Reconocimiento
 - 5.1 Hannibal. El origen del mal
- 6 Comunicación
 - 6.1 LA VIDA SECRETA DE LAS PALABRAS
 - 6.2 Martín (Hache)
 - 6.3 Magnolias de acero
 - 6.4 EL DOCTOR AMOR (HITCH)
 - 6.5 Todos están bien
- 7 Influencia
 - 7.1 El silencio de los corderos
 - 7.2 El Jefe de todo esto
 - 7.3 "Mentes peligrosas"
 - 7.4 Los chicos del coro
 - 7.5 La Ola)
 - 7.6 El club de los poetas muertos
- 8 Autorregulación
 - 8.1 Planta IV
 - 8.2 "Un día de furia"
 - 8.3 La vida es bella
 - 8.4 Trainspotting
 - 8.5 El indomable Will Hunting
 - 8.6 Camino
 - 8.7 París, Texas
- 9 Impulsividad
 - 9.1 Mejor... imposible
 - 9.2 Confesiones de una compradora compulsiva
- 10 Cuidado de las relaciones interpersonales
 - 10.1 12 hombres sin piedad
 - 10.2 Cuenta conmigo (Stand by me)
 - 10.3 Cowboy de medianoche
 - 10.4 Masala

- [10.5 Tigre y fragón](#)
- [10.6 Enma](#)
- [10.7 Cobardes](#)
- [11 Autoestima](#)
 - [11.1 Mi pie izquierdo](#)
 - [11.2 Zelig](#)
 - [11.3 Erin Brokovich](#)
 - [11.4 La verdad sobre perros y gatos](#)
 - [11.5 Tomates verdes fritos](#)
 - [11.6 El hombre que susurraba a los Caballos](#)
 - [11.7 Los lunes al sol](#)
 - [11.8 Erin Brockovich](#)
 - [11.9 PRECIOUS](#)
 - [11.10 The Horror Bus](#)
- [12 Automotivación](#)
 - [12.1 Forrest Gump](#)
 - [12.2 Patch Adams](#)
 - [12.3 Alejandro Magno](#)
 - [12.4 PRINCESAS](#)
 - [12.5 El aceite de la vida](#)
 - [12.6 Volver](#)
 - [12.7 El método](#)
 - [12.8 Billy Elliot](#)
 - [12.9 Una mente maravillosa](#)
 - [12.10 CARROS DE FUEGO](#)
 - [12.11 Erin Brockovich](#)
 - [12.12 Película: Gattaca](#)
- [13 Trabajo en equipo](#)
 - [13.1 The Great debaters](#)
 - [13.2 Coach Carter](#)
 - [13.3 Titanes](#)
 - [13.4 Evasión o Victoria](#)
 - [13.5 El golpe](#)
 - [13.6 Doce hombres sin piedad](#)
 - [13.7 EL SEÑOR DE LAS MOSCAS](#)
 - [13.8 HOOSIERS: MÁS QUE ÍDOLOS](#)
 - [13.9 BUSCANDO A NEMO](#)
 - [13.10 Ocean's Eleven](#)
- [14 Estrés](#)
 - [14.1 American Beauty](#)
 - [14.2 Celda 211](#)
 - [14.3 El diablo viste de Prada](#)
- [15 Empatía](#)

- [15.1 "Diarios de Motocicleta"](#)
- [15.2 Corazón Salvaje](#)
- [15.3 Blade Runner](#)
- [15.4 Senderos de Gloria](#)
- [15.5 WALL•E](#)
- [15.6 LA MILLA VERDE](#)
- [15.7 "MILLION DOLLAR BABY"](#)
- [15.8 Yo soy Sam](#)
- [15.9 La vida secreta de las palabras](#)
- [15.10 La vida de David Gale](#)
- [16 Bienestar subjetivo](#)
 - [16.1 Mi vida sin mí](#)
 - [16.2 Odette, una comedia sobre la felicidad](#)
- [17 Optimismo](#)
 - [17.1 Forrest Gump](#)
 - [17.2 Path Adams](#)
 - [17.3 Binta y la gran idea](#)
 - [17.4 Kirikú y la bruja](#)
 - [17.5 Nacional 7](#)
 - [17.6 Diarios de motocicleta](#)
 - [17.7 En el nombre del padre](#)
 - [17.8 Una palabra tuya](#)
 - [17.9 Vive como quieras](#)
 - [17.10 Amelie](#)
 - [17.11 Optimistas](#)
 - [17.12 La Vida es Bella](#)
- [18 Bibliografía](#)

Autoeficacia

La autoeficacia emocional (percibirse a uno mismo capaz de manejar situaciones difíciles y de controlar o regular los propios impulsos y sentimientos)

"Yo soy la Juani

SINOPSIS: Juani tiene problemas en su casa y discute con su novio, no hay quien le aguante. Están juntos desde los quince años, sus celos y sus indecisiones son insoportables. Juani explota, lo deja y decide hacer todo lo que no ha hecho mientras ha estado perdiendo el tiempo con él. Harta de conformarse y de tanta tontería, lo que ella quiere es ir adelante y triunfar en esta vida. Va a

ser actriz y que nadie lo dude porque lo conseguirá, que quede muy claro, ella es la Juani y la Juani es lo más. (Tomado de la web oficial de la película). Dirigida por Bigas Luna.

[Web oficial](#)

[Trailers](#)

La costa de los mosquitos

Dirigida por Peter Weir, 1986.

Harrison Ford interpreta a un un brillante inventor harto del consumismo en el que se ha convertido la sociedad moderna. Asqueado, el hombre decide alejarse con su familia de la civilización y emprender una nueva vida en plena jungla. Este Psicotriller es un claro ejemplo de autoeficacia emocional, ya que el personaje que interpreta Harrison Ford se percibirse a si mismo como capaz de manejar cualquier situacion por difícil que sea, y se cree capaz de controlar o regular sus propios impulsos y los de su familia. A pesar del control que ejerce sobre si mismo y sobre su familia las cosas no salen como esperaba. Me parece un recurso didáctico muy interesante para trabajar los límites a los que no se debe llegar en la autoeficacia emocional como dimensión de la inteligencia emocional.

(propuesto por Emmanuelle Daniau)

Lo que el viento se llevó

Dirigida por Victor Fleming en 1939. En esta película su protagonista llamada Scarlett O'Hara, (Vivien Leight) demuestra muchas competencias tanto personales como sociales, pero si alguna la caracteriza más es la AUTOEFICACIA, ya que ella con su empeño y seguridad en sí misma consigue alcanzar todo lo que se propone. Para ella todas las adversidades son como retos a superar, y cuantos más supera más fuerte se hace.

(Propuesto por MARTA MOLINA GRACIA)

Doce hombres sin piedad

DIRECTOR: Sidney Lumet REPARTO, Martin Balsam , John Fiedler , Lee J. Cobb, E. G. Marshall, Jack Klugman, Edward Binns , Jack

Warden, Henry Fonda, Joseph Sweeney ,Ed Begley , George Voskovec, Robert Webber

Esta película narra la deliberación de un jurado popular que juzga un caso de asesinato en el que parece que los 12 miembros ya tenían decidido su veredicto antes de comenzar la deliberación. Tanto para declarar culpable o no culpable al acusado el fallo debe ser unánime.

La película trata sobre un juicio de un homicidio en el que 12 hombres tienen que deliberar sobre el futuro de un muchacho, dictaminando si el chico es culpable o inocente del asesinato de su padre. Las pruebas apuntan a que el chico es culpable, por ello 11 de los 12 miembros del jurado opinan que es culpable pero el miembro número 8 tiene en cuenta diferentes argumentos que se han citado en el juicio y hace que surja la duda sobre la culpabilidad del chico. Poco a poco el miembro número 8 hace que los demás vayan cambiando de opinión y de que éstos se den cuenta de otros factores que no habían sido analizados en el juicio.

En la película se percibe los diferentes cambios de comportamiento que tienen los miembros del jurado, ante las argumentaciones del jurado número 8, lo que hace que la película te enrede y te haga pensar en la importancia del razonamiento.

Propuesta por Nerea Olza.

La tapadera

Sydney Pollack

Mitch McDeere (Tom Cruise) es un joven y ambicioso abogado que ha realizado sus estudios con brillantez en la prestigiosa Universidad de Harvard y recibe una oferta de trabajo de un distinguido despacho de abogados de Memphis. Decide aceptar el empleo y se traslada junto a su mujer (Jeanne Tripplehorn), una joven profesora, a esta nueva ciudad, donde es recibido a cuerpo de rey. Su situación económica sube como la espuma, un Mercedes, una bonita casa, un buen sueldo. Para McDeere, que proviene de una familia pobre, todo esto le parece un sueño.

Allí empieza su carrera profesional pero, al poco de instalarse, comienza a descubrir irregularidades, cosas extrañas que suceden en el despacho. y se despierta en él la sospecha de que detrás de las buenas formas y del buen sueldo se oculta algo, algo que finalmente será mucho más grave de lo que él supone.

La muerte de unos compañeros suyos en extrañas circunstancias le hace sospechar de la nitidez de los asuntos del despacho. Una llamada del FBI viene a enturbiar sus días. Han descubierto que tras el, en apariencia pequeño bufete, se esconde un montaje para blanquear dinero de la mafia. Mitch se deja llevar por su honestidad, y se propone desvelar toda la verdad.

Así empieza a descubrir una trama de fraudes en el que están involucrados todos los socios de dicho despacho. Cuando se muestra en desacuerdo con este proceder pierde la confianza de sus superiores, que tratarán de hacerle callar por todos los medios. Es ahí cuando ve peligrar su vida y su título universitario, ya que al hacer el juramento de confidencialidad no puede desvelar nada relacionado con ningún caso. El protagonista se da cuenta de que su ambición le ha llevado demasiado lejos y no le ha dejado ver la realidad. Más tarde se someterá a una dura decisión como es denunciar al FBI las misteriosas actividades del bufete o dejar que sea el propio FBI quien le denuncie a él. Las cosas se complican y Mitch tendrá que enfrentarse en una carrera contrarreloj a los resortes ocultos de la mafia.

Después de un primer momento de incredulidad, el protagonista se sobrepone y empieza a sentirse capaz de manejar la difícil situación y va a hacer gala de un perfecto autocontrol, cuando se enfrenta a situaciones en las que debe mantener vigiladas las emociones perturbadoras y sus impulsos, sobre todo en los momentos en los que no puede ni siquiera contárselo a su mujer. Incluso después, cuando acaba contándole lo que ocurre y ella le deja, él no pierde las riendas de la situación.

(Propuesto por: LYDIA PRIETO CARRILLO)

Mi vida sin mí

(2003). Dirección: Isabel Coixet.

Es la historia de una joven madre, Ann, que tiene veintitrés años, dos hijas, un marido que pasa más tiempo en paro que trabajando pero que es un buen hombre, que quiere a su mujer y a sus hijas. Una madre que odia al mundo, es una mujer gris, amarga y solitaria. El mundo no ha sido muy justo con ella, lo que le influye para ver la vida de forma pesimista. Un padre que lleva diez años en la cárcel. Un trabajo como limpiadora nocturna en una universidad a la que nunca podrá asistir durante el día... Vive en una caravana en el jardín de su madre, a las afueras de Vancouver. Esta existencia gris cambia completamente tras un reconocimiento médico. Desde ese día, paradójicamente, Ann descubre el placer de vivir. Ante la inminencia de su muerte anunciada opta por no despedirse de la vida, sino abrirse a los capítulos hasta entonces no explorados de su existencia.

Se escribe una lista de las cosas que no quiere dejar de hacer antes de morir, desde visitar a su padre en la cárcel o tener sexo con alguien que no sea su esposo y se lanza a lo que otros descartarían: vivir. La protagonista demuestra en todo momento un autocontrol de sus emociones y sentimientos ya que decide ocultar el fatal desenlace que no tardará en producirse así como una muestra de valentía y adaptación ante la nueva situación que le ha tocado vivir y que le aportará nuevas experiencias.

(Propuesta por LAURA PÉREZ PAZOS)

Doce hombres sin piedad

(1957). Dirección: SIDNEY LUMET

Un grupo de hombres, son los encargados de juzgar a un adolescente acusado de haber matado a su padre. De los doce miembros del jurado, once están convencidos de que el acusado es culpable del asesinato. Pero el duodécimo no tiene ninguna duda sobre su inocencia. La película describe el enfrentamiento verbal de este hombre con el resto para convenceles de la inocencia del muchacho.

Realmente es una película magistral donde podemos observar distintos comportamientos, incluso también nos resultaría ilustrativa en otras dimensiones de la IE, pero en esta ocasión creo que es un ejemplo idóneo de autieficacia.

Es importante recordar que en España se adaptó al teatro con la interpretación magistral de José Bódalo.

(RECOMENDADA POR MICAELA ORTEGA GÓMEZ)

Adaptación

La adaptación al cambio (capacidad para adaptarse a nuevas situaciones, a nuevos entornos, a nuevos grupos sociales, etc.).

Atrapado en el tiempo

Harold Ramis. En esta película el protagonista, Phil Connors, se enfrenta a un cambio en su vida que al principio parece lo contrario, parece ser estático. Vive una y otra vez el 2 de Febrero, "Día de la Marmota" en EEUU. Siempre es el mismo día, pero, ¿acaso no puede ser diferente?, ¿conseguirá Phil adaptarse a su nueva vida en la que siempre ocurren los mismos acontecimientos?, ¿puede hacer él que esos acontecimientos varíen pese a todo?

Ver seguimiento con alumnado en <http://blog.educastur.es/lechuzaminerva/2007/01/27/el-dia-de-la-marmota> (Concepción Pérez)

Mataharis

de Iciar Bollaín. De como tres mujeres compatibilizan y adaptan una actividad compleja y exigente, la de detectives, con sus otras facetas de la vida. Resolviendo los problemas cotidianos que se les plantean. (Antonio Palacios Cibrián)

Bailando con lobos

Kevin Costner

Durante la Guerra de Secesión Americana, el teniente de la Unión John Dunbar (Kevin Costner), herido en combate, es trasladado a una unidad médica, donde toman la decisión de amputarle su pierna herida. Incapaz de asimilar una existencia de mutilado, Dunbar regresa al campo de batalla y se entrega a una muerte segura con enorme valentía. Lleva a cabo una acción suicida que le valdrá una condecoración por su heroicidad. Dunbar solicita su traslado a un puesto avanzado de la frontera en territorio indio, donde comprueba que está abandonado, pero se queda allí esperando refuerzos y

acomodándose en ese lugar. A medida que pasan los días establece amistad primero con un lobo al que llama "calcetines" y luego con una tribu Sioux que vive cerca. Entre ellos se encuentra "En pie con el puño en alto", una joven blanca adoptada por la tribu en su niñez. La relación que entabla con ella le va aproximando a la tribu hasta ser aceptado por éstos como uno más, dándole el nombre "El que baila con lobos". . La película describe el proceso de aceptación de Dunbar por parte de la tribu, cómo se va haciendo con el respeto del grupo, su integración con los pieles rojas, adoptando muchas de sus costumbres, su emocionante historia de amor con la mujer blanca y, por último, la trascendental encrucijada en que se ve envuelto al tener que decidir entre sus orígenes blancos o su nuevo pueblo.

"Bailando con lobos" pretende dar la vuelta a la visión estereotipada de una sociedad rica en tradiciones, que vivía en armonía con la naturaleza. El protagonista acaba comprendiendo que, a diferencia del hombre blanco, los indios no eran agresivos con la tierra y sus leyes estaban perfectamente adaptadas a las leyes naturales. Aprende con ellos su interpretación del ser humano como un engranaje de la cadena de la naturaleza. Es un hombre que cambia la gloria y se coloca en una frontera desconocida que separa los dos mundos, donde se pone en contacto con hombres a los que se denominaba "salvajes" y poco a poco va conociendo sus costumbres, hablando su idioma, adaptándose a su vida y respetando sus valores y sus creencias. Y poco a poco se va alejando de su vida pasada, tan civilizada, para formar parte de una tribu como un "salvaje" más. En definitiva es la historia de la comprensión entre dos culturas, muy diferentes y el enorme respeto que surge de todo ello.

(Propuesto por: LYDIA PRIETO CARRILLO)

Los lunes al sol

(2002) Director: Fernando León de Aranoa.

Los protagonistas de esta película, Santa, Lino, José, Amador, Serguei, Reina, y Rico están condenados al desempleo tras la reconversión industrial de los astilleros. Aunque en un principio se resisten y se enfrentan a esta situación, incluso con violencia, poco a poco se van adaptando a lo irremediable y cada uno de ellos comienza una nueva vida. Una vida a veces sin esperanza, con pereza, con angustia, sin porvenir, con frustración, con amistad etc.

en la que va a influir la edad, las responsabilidades y fundamentalmente las actitudes de afrontamiento configurando así una tipología de parados.

He seleccionado esta película como ejemplo de la capacidad de adaptación de las personas ante un mismo acontecimiento, de las consecuencias sociales que provoca el paro y porque adopta una postura crítica con el sistema. Y desde aquí me solidarizo con los parados de larga y corta duración.

Propuesta por ROSARIO SANMARTÍN ALCARAZ

Ciudad de Dios

(2002) Director: Fernando Meirelles.

Los protagonistas, Dadinho y Buscapé, son dos niños de 11 años que viven en una peligrosa favela de Rio de Janeiro. Criados en medio de robos, asesinatos, peleas y enfrentamientos diarios con la policía ambos irán creciendo en busca de sus objetivos, uno sueña con convertirse en el criminal más peligroso de la favela y el otro con ser fotógrafo.

La película muestra dos tipos de adaptación diferente al mismo entorno, la búsqueda de la supervivencia desde dos puntos de vista opuestos y actitudes diferentes ante la realidad que les rodea. Una basada en la ley del más fuerte, imperante en el barrio, de forma que asume la filosofía imperante en el entorno y la otra basada en la evitación y la búsqueda de alternativas a una realidad y un destino inevitables del que parece imposible escapar.

Propuesta por JOSE MANUEL BILBAO ARRIANDIAGA

Eduardo Manostijeras

(1990)

Director: Tim Barton

Sinopsis: Durante una noche de Navidad, una anciana le cuenta a su nieta la historia de Eduardo Manostijeras, un muchacho creado

por un inventor que no pudo acabar su obra, dejándolo con afiliadas cuchillas en vez de manos.

Justificación: Este precioso cuento del genial Tim Barton pone en escena a un personaje inadaptado que, como Frankenstein o Pinocho, se encuentra continuamente fuera de contexto y tiene que luchar contra la incomprensión y los prejuicios de “los otros”. El protagonista se esfuerza por adaptarse, pero es incapaz de ajustarse a una sociedad que no sólo no le comprende, sino que además le teme (sobre todo, porque no es capaz de ponerse en su lugar). Es alguien “diferente” y esa diferencia fomenta la intolerancia e impide la solidaridad. Con este contra-ejemplo es posible entender mejor qué es la adaptación, cómo puede llegar a conseguirse, cuáles son las barreras que la sociedad pone a quienes son diferentes e, incluso, sirve para reflexionar sobre la angustia que produce el hacer daño a los demás involuntariamente.

(Propuesta de SARA MARÍA LONGO GONZÁLEZ)

Tomates verdes fritos

DIRECTOR: JON AVNET

Una mujer de mediana edad, ha degenerado en un ejercicio diario de monotonía y glotonería. Su vida conyugal transcurre entre la apatía y el aburrimiento. Su único refugio son las historias de una anciana que habita en una residencia.

La anciana cuenta sucesos de su ciudad natal, en la que ella tiene mucho que ver. La protagonista de estos hechos se ve expuesta a multitud de acontecimientos a los que tiene que hacer frente. Su capacidad de adaptación a los acontecimientos es asombrosa, siempre tiene respuesta para todo, ella es el referente de otros personajes más débiles que aparecen en su entorno.

Estos rasgos tan definidos y sobre todo el poder de adaptarse a los cambios son los que me han hecho seleccionar esta película para esta dimensión emocional.

(propuesta de MICAELA ORTEGA GÓMEZ)

El ladrón de orquídeas

Director: Spike Jonze

Esta película es un ejercicio de metacine en el que se pone de manifiesto la relación entre nuestras concepciones y valores con el modo en que interpretamos nuestra vida y los hechos que nos pasan. Para ello, muestra cómo nosotros somos, conscientemente o no, los guionistas de nuestras vidas, porque interpretamos los hechos que nos suceden en función de nuestros valores, actitudes, visiones, etc... Esto se muestra muy claramente gracias a la metáfora de la película dentro de la propia película. A lo largo de ésta, se ve cómo el protagonista pasa de concebirse a sí mismo como una víctima pasiva de un mundo hostil, a ser un guionista activo que reescribe e interpreta su vida en clave de película de intriga. Así, su vida pasa de ser un drama a ser una intrigante trama de acción. La película puede ser una comedia o un drama dependiendo del guionista, y los guionistas de nuestras vidas somos nosotros, tanto cuando planificamos y actuamos como cuando interpretamos lo que nos pasa de un modo u otro.

Propuesto por Raúl González García

El curioso caso de Benjamin Button

dirigido por David Fincher.

La película cuenta la vida de Benjamin Button, un niño nacido en Nueva Orleans al final de la Primera Guerra Mundial y abandonado por su padre por ser diferente. Benjamin ha nacido completamente envejecido, y a medida que pasa el tiempo, crece al revés, rejuveneciendo más y más con el paso de los años hasta el siglo XXI. Es un niño atrapado en el cuerpo de un anciano y empieza enamorándose de una niña, Daisy. Sin embargo, tendrán que pasar muchos años para que Benjamin y Daisy se reencuentren en un punto intermedio de sus particulares procesos de crecimiento que posibilite su historia de amor. La película sigue avanzando con las nuevas diferencias en el aspecto físico y mental de ambos personajes, ya que el tiempo no perdona y nada es para siempre.

La película es contada en un hospital por la anciana Daisy, con la única compañía de su hija leyendo el diario de Benjamin.

Con esta película podemos apreciar la capacidad del ser humano por adaptarse a cualquier situación que le toque vivir. El hecho de ser un niño en el cuerpo de un anciano y un anciano en el cuerpo de un niño, hace que Benjamin, toda su vida, vaya a contracorriente del resto de los humanos. Aún así, vive una vida digna, donde va a ser muy importante la aceptación de sí mismo y el autoconocimiento. Igualmente, la percepción de la realidad tal cual es, tal y como señala cuando dice que nada es para siempre, hace que pueda vivir una vida lo más normal posible. Aún así, no deja de tener a la soledad como su compañera de viaje, consecuencia de ser diferente.

Es ante el nacimiento de su hija, cuando no es capaz de asimilar que pueda criarla mientras él se va haciendo cada vez más niño, por lo que decide abandonar a sus dos seres más queridos en ese momento. Por tanto, la película también muestra cómo el protagonista al no conseguir adaptarse a su nueva categoría de padre, huye de ella, adaptándose después a una vida sin su familia. (propuesto por Elixabet Almandoz)

La masai blanca

DIRECTOR: Hermine Huntgeburth

Rasgo: ADAPTACIÓN

Carola, una joven suiza de clase media alta, conoce a Lemalian, un joven masai, en el transcurso de unas vacaciones en Kenia de la primera con su novio. Entre karola y Lemalian nace una relación más profunda, y ella toma la decisión de abandonarlo todo (a su antiguo novio suizo, familia, país, trabajo, cultura...), para empezar una nueva vida junto a Lemalian en un pequeño poblado masai de Naerobi.

Carola, entonces, ha de someterse a unas costumbres, idioma, cultura, etc..., completamente nuevos para ella, y se verá obligada a desarrollar todas sus habilidades de adaptación para poder sobrevivir en aquel mundo. Por ello, el rasgo que mejor define a la protagonista de la película es el de la adaptabilidad.

(Propuesto por María Dolores Parra Ramírez)

Australia

Director: Baz Luhrmann (Rasgo: Adaptación)

Este relato transcurre en una época precedente a la Segunda Guerra Mundial en el norte de Australia, tierra de sus protagonistas. Narra la vida de una aristócrata inglés que tras heredar un grandioso rancho, del tamaño de Maryland, ve como intentan usurpar sus tierras un grupo de barones ingleses. Lejos de amedrentarse decide pedir ayuda a un joven, y uniendo así sus fuerzas, comienza su largo viaje por el extenso y peligros territorio australiano con el único objetivo de trasladar su ganado hasta Darwin.

(Propuesto por Tania Arroyo González)

Querida Bamako

Director: Omer Oke/ Txarli Llorente Justificación: el tema principal de la película/ documental es la inmigración y en consecuencia se trabaja el rasgo de la adaptación del protagonista en el nuevo entorno. Es un reflejo de las situaciones y frustraciones que viven los/ las inmigrantes cuando llegan a su nuevo destino. Es una mezcla de película de ficción y documental que tiene por protagonista a un joven que por una catástrofe que ha sucedido en su lugar de origen, se siente en la obligación de irse a Europa (Bilbao).

(Recomendada por Saioa Larruskain)

El diablo se viste de Prada

de David Frankel, con Meryl Streep y Anne Hathaway.

Es una divertida comedia, en la que una periodista novel se ve obligada a cambiar su modo de vestir, de vivir, de ser, con la finalidad de progresar en su nuevo trabajo en una prestigiosa revista de moda. Eso le supondrá renunciar a sus ideales, su vida, sus amigos e incluso le costará su noviazgo.

Claro ejemplo de que para triunfar en un puesto de trabajo debes tener capacidad de adaptación, la película puede hacernos

reflexionar sobre el grado en que debe producirse esa adaptación. Hasta dónde se debe llegar y cuál debe ser la escala axiológica que debe regir cualquier cambio.

¿Es legítima la renuncia a los propios ideales, o a las amistades más sinceras, para conseguir el éxito profesional? ¿Se puede consentir en el desmoronamiento de la propia vida y en la de los seres más queridos? ¿Dónde está el límite?

Es cierto que en esta película hay una vuelta atrás, que en la vida no siempre se produce. No es menos cierto que la adaptación está llevada al límite y no es ejemplo de lo que debe ser, sino de a qué se puede llegar. Pero sí es válida como ilustración extrema para intentar buscar un término medio, y de lo que se puede llegar a conseguir con la adaptación.

Es una película que se ve con agrado, sobre todo por el trabajo de las protagonistas.

(Propuesto por MARÍA LUISA MARIÑO RODRÍGUEZ)

Asertividad

La asertividad (ser capaz de expresar lo que uno piensa y siente sin herir a los demás y sin sentirse mal por ello; ser capaz de decir que no cuando hace falta)

El último rey de Escocia

[Lea.](#)

FARENHEIT 451

(1966) François Truffaut

Basada en la novela de Ray Bradbury. Fahrenheit 451 es la temperatura a la que arde el papel. En un mundo en el que los libros están prohibidos por el gobierno y los bomberos se dedican a quemarlos, uno de ellos conoce a una maestra que se atreve a leer. Se convertirá en un fugitivo y tendrá que elegir entre su seguridad personal y su libertad intelectual.

En la película queda reflejada la capacidad del protagonista para cambiar su visión de la realidad por una que considera mejor resistiendo y enfrentándose a fuertes y poderosas presiones, (su novia, represalias del gobierno, riesgo para su vida).

PROPUESTA POR JOSE MANUEL BILBAO ARRIANDIAGA

Doce hombres sin piedad

(1957)

Director: Sidney Lumet

Sinopsis: En un juicio, tras escuchar todas las pruebas y testimonios, un jurado popular compuesto por una docena de personas tiene que decidir, por unanimidad, si absuelve o condena a muerte a un joven acusado de asesinato.

Justificación: Durante toda la película, a lo largo de las diferentes conversaciones que mantienen los miembros del jurado, se pueden observar diferentes tipos de comportamiento, que van desde conductas pasivas hasta conductas agresivas, pasando por claros ejemplos de asertividad. La película muestra claramente la poca efectividad en una negociación de cualquier tipo tanto de una conducta pasiva y/o vacilante, que acaba cediendo ante las opiniones de los demás, como de una conducta agresiva, rígida y/o desafiante, que no se centra en los objetivos del discurso ni se esfuerza por comprender el punto de vista del otro, terminando por hacer perder el control a quien la ejerce. De este modo, se ensalza el comportamiento asertivo, aquel que muestra respeto por las demás opiniones pero sin ceder en sus propios planteamientos, demostrando que es el tipo de conducta a través de la cual al final se consiguen los objetivos.

(Propuesta de SARA MARÍA LONGO GONZÁLEZ)

Preciosa

Precious: Based on the Novel 'Push' by Sapphire, es una película estadounidense dirigida por Lee Daniels.

Claireece "Precious" Jones tiene 16 años, es obesa y analfabeta y espera su segundo hijo de su propio padre desaparecido. Vive en Harlem, en un barrio de personas en peligro de exclusión social, con su madre, que no sale de la casa, que mira la televisión sin parar y la maltrata e insulta todo el tiempo. Obligada a abandonar la escuela a causa de su embarazo, Precious acaba en un instituto para casos especiales. Y allí, en el último peldaño de aquellos que ya han bajado todas las escaleras, está la señorita Rain, una maestra joven, combativa y diferente a través de la cual Precious tendrá la ocasión de recuperar su voz y su dignidad encontrando un nuevo mundo en el que puede al fin expresarse de un modo que nunca antes había imaginado. Es un filme palpitante, digno y repleto de esperanza acerca de la capacidad humana de crecer y de sobreponerse a las dificultades. Vemos que la protagonista a pesar de la historia familiar tan dura que vive va ganando confianza en sí misma y logra tras haberse escondido en el silencio, en la fealdad y en la violencia, comunicarse asertivamente al final de la película y este proceso es muy interesante de visionar en grupos con características especiales, pues transmite entre otras, la idea de que lo esencial es creer en uno mismo y tener las ideas claras y poderlas expresar

(propuesta por José Gázquez López, mayo 2010)

Autopercepción

La autopercepción emocional (ser capaz de reconocer las propias emociones y motivaciones)

Las horas

[Escena.](#)

Lugares comunes

de Adolfo Aristarain, sobre la vejez. [Escena sobre la ley de Atenas.](#)

Los puentes de Madison

Director: Clint Eastwood

Meryl Streep es un ama de casa que abandonó sus sueños por cuidar de su marido y criar a sus hijos en una pequeña granja del perdido condado de Madison. La llegada de un fotógrafo del National Geographic (Clint Eastwood), un fin de semana que su familia está fuera, le abrirá los ojos y el corazón a un mundo enterrado en años de rutina, y le hará aflorar sentimientos escondidos que entrarán en conflicto con la persona que ha sido hasta ese momento. Curiosamente, el mejor melodrama romántico de las últimas décadas no está protagonizado por guapos adolescentes, sino por dos maduros actores que nos regalan una historia de amor conmovedora, real y de una sutileza mérito del clasicismo del mejor Eastwood-director. Elijo esta película porque sería recomendable para trabajar la autoconsciencia emocional, aunque se pueden trabajar con ella otras dimensiones como: la expresión de dichas emociones y la baja impulsividad. Los adolescentes podrían observar que también las personas maduras tienen dificultades emocionales que afrontar y cómo lo hacen. Recomendada por MARIA CRUZ GUARDIOLA MARTINEZ

Brokeback Mountain

Dirigida por Ang Lee.

Cuenta la historia de dos vaqueros (uno trabaja en un rancho y el otro en rodeos) que se conocen en el verano de 1963 y que sienten una atracción mutua. Esta unión, llena de complicaciones, alegrías y tragedia, prueba la fuerza y el poder del amor.

Acaba de amanecer en Signal (Wyoming); Ennis Del Mar (Heath Ledger) y Jack Twist (Jake Gyllenhaal) se conocen mientras hacen cola para pedir trabajo a Joe Aguirre (Randy Quaid), el ranchero del pueblo. El mundo de Ennis y de Jack está cambiando con rapidez, sin embargo, parece no evolucionar. Ambos jóvenes tienen muy claro el futuro que desean: conseguir un trabajo fijo, casarse y tener hijos. Sin embargo, algo en su interior les hace buscar algo más. Joe Aguirre les manda de pastores a la majestuosa Brokeback Mountain y, poco a poco, lo que empieza como amistad se convierte en algo más profundo.

A finales de verano, no queda más remedio que bajar de la montaña y separarse. Ennis se queda en Wyoming y se casa con Alma (Michelle Williams), su novia de siempre, con la que tendrá dos hijas mientras se gana la vida a duras penas. Jack ha vuelto a Tejas y enamora a Lureen Newsome (Anne Hathaway), la reina del

rodeo. Se casan, tienen un hijo y Jack trabaja en los negocios del padre de su mujer.

Transcurren cuatro años. Un buen día, Ennis recibe una postal de Jack que viene a Wyoming. Ennis le espera impaciente y, cuando por fin llega, les basta un segundo para darse cuenta de que el cariño que sienten el uno por el otro ha aumentado con el tiempo. En los años siguientes, Ennis y Jack luchan por su unión secreta. Se ven varias veces al año, pero cuando no están juntos, se enfrentan a la eterna cuestión de la fidelidad, de la entrega y de la confianza. La única constante en su vida es una fuerza de la naturaleza, el amor.

Incluyo esta película en autopercepción porque hace ver lo difícil que es en ocasiones reconocer las propias emociones y las consecuencias que de ello se deriva en nuestras vidas. Recomendada por MARIA CRUZ GUARDIOLA MARTINEZ.

QUIERO SER COMO BECKHAM

Gurinder Cada

Sinopsis: Jesminder es una chica de 18 años que vive con su familia hindú en Londres. Sus padres quieren que sea educada para ser la admirable esposa india, pero ella no quiere pensar en esas cosas porque lo que le gusta es jugar al fútbol. Un día, mientras está jugando en el parque, Jules se fija en ella y le invita a unirse al equipo femenino local, entrenado por Joe. A Jesminder le salen de la noche a la mañana una serie de ocasiones y problemas que bambolearán su pequeño mundo. Tiene ante sus ojos la oportunidad de conducir a su equipo a las finales y disfrutar con lo que realmente le gusta y se le da bien, pero entrará en conflicto con su familia y su comunidad y empleará diversas estrategias para poder hacer realidad sus deseos.

Esta comedia nos sirve para esbozar de manera fresca y festiva los problemas que una joven tiene que enfrentar por el hecho de no ajustarse a lo que se espera de ella como mujer. La película nos enseña con claridad el conflicto entre las expectativas que la familia y la comunidad tiene depositadas en Jesminder y sus deseos de jugar al fútbol, que para nada encajan con el modelo tradicional de

feminidad, de lo que se considera ser una "buena mujer hindú", pero ella tiene su propia idea de lo que quiere hacer con su vida.

En la idea del propio cuerpo vemos también en la protagonista un cambio a lo largo de la película: mientras empieza cambiándose de ropa en el vestuario con timidez de que se le vea el cuerpo y también con miedo a que le vean la pierna con la quemadura; vemos como más adelante, responde al chico que la grita en el parque diciéndole: "¿nunca has visto una quemadura o qué?" y parece que va aceptando y sintiéndose mejor con su cuerpo. Esto nos sirve para reflexionar sobre el hecho de que nuestras emociones y concepciones del cuerpo forman parte del proceso de crecimiento y es algo edificado socialmente, por lo tanto, susceptible de transformarse.

(Propuesta por José Gázquez López, mayo 2010)

DONDE VIVEN LOS MONSTRUOS

Donde viven los monstruos es una película estadounidense de 2009 dirigida por Spike Jonze y adaptada del libro infantil de Maurice Sendak del mismo nombre.

La película cuenta la historia de Max (Max records), que es un niño travieso y sensible que se siente incomprendido en casa y se escapa a un lugar donde viven los monstruos. Max aterriza en una isla donde se encuentra con misteriosas criaturas extrañas cuyas emociones son tan salvajes e imprevisibles como sus acciones

En el trascurso de de su aventura Max encuentra un grupo de monstruos que muestran diferentes personalidades simbolizando así mismo las diferentes emociones de los seres humanos y representaciones de los miedos y las conductas más naturales de todos lo seres humanos, y no sólo de los niños. Me parece una atrayente película para tratar de identificar la percepción emocional. Interesante, muy interesante.

(Propuesto por JESUS CUEVAS COLMENERO)

Reconocimiento

El reconocimiento de emociones en los demás (ser capaz de reconocer qué sienten los demás sólo con observarles, escucharles u oírles)

[Hannibal. El origen del mal](#)

Comunicación

La comunicación emocional (ser capaz de expresar lo que uno siente, sean emociones positivas y muestras de afecto, o sean emociones negativas y muestras de enfado)

LA VIDA SECRETA DE LAS PALABRAS

de Isabel Coixet (2005) La película se ubica en una plataforma petrolífera, en la que ha ocurrido un accidente. Hasta allí se traslada una enfermera para cuidar a uno de los trabajadores que se ha quedado enfermo. Entre ellos va creciendo una extraña intimidad, un vínculo lleno de secretos, verdades, mentiras, humor y dolor, del que ninguno de los dos va a salir indemne y que cambiará sus vidas para siempre. En muchos momentos de la película se muestra la comunicación tanto verbal como no verbal entre los dos protagonistas que llega a inundar toda la pantalla y de la que se hace protagonista de la misma. Propuesto por: PALOMA SIMÓN RODRÍGUEZ

Martín (Hache)

Director: Adolfo Aristarain. Cuatro personajes principales, de personalidades complejas, que se comunican y se interrelacionan con altas dosis de emocionabilidad. Alicia (Cecilia Roth), representa una personalidad delicada, que a través de la expresión clara de las emociones busca la comprensión de los demás. El personaje de Alicia, es un modelo claro de intento de comunicación a través de la expresión emocional, se esfuerza continuamente por llegar a su pareja por medio de la comunicación de sus sentimientos, aunque nunca lo consiga (Propuesto por SONIA M^a SANTOVEÑA CASAL)

Magnolias de acero

Esta película está especialmente indicada como recurso para trabajar esta dimensión de la inteligencia emocional. En ella aparecen seis amigas que comparten sus problemas y sus inquietudes, aunque sus caracteres y edades son muy distintos. Las seis amigas son mujeres con vidas complicadas, todas sufren por algo, pero todas juntas dan rienda suelta a la comunicación de sus emociones sean buenas o malas consiguiendo así mantener el espíritu fuerte como “el acero”.

Han pasado mucho tiempo juntas. Se conocen y entienden muy bien. Entre ellas pueden hablar abiertamente sobre los problemas que hay en sus vidas o de cualquier cosa: el sexo, los sentimientos, las emociones y de todo aquello que necesitan expresar. Con sus parejas no pueden comunicarse de la misma manera puesto que no las comprenden...

Una de ellas es Shelby, una joven diabética cuya máxima ilusión es formar una familia. Su médico le ha advertido que debe evitar quedarse embarazada, ya que ello podría poner en peligro su vida. Sin embargo Shelby no se dejará acobardar por las advertencias de su médico y después de casarse con su novio de siempre, Jackson, decide formar una familia. Para ella será fundamental contar con el refugio y el apoyo continuado e incondicional de sus amigas para llevar a cabo su proyecto... y consigue tener a su pequeño, aunque no puede hacer realidad la ilusión de verlo crecer.

(Propuesto por PILAR PUIG TEIXIDOR)

EL DOCTOR AMOR (HITCH)

Director: Andy Tennant Hitch, Alex "Hitch" Hitchens (Will Smith) es un legendario y deliberadamente anónimo "doctor amor" de Nueva York, que, por una tarifa, ha ayudado a incontables hombres a impresionar a la mujer de sus sueños. Mientras asesora a Albert (Kevin James), un tímido contable impactado por una glamorosa celebridad, Allegra Cole (Amber Valletta), Hitch finalmente encuentra la horma de su zapato en la persona de la simpática e inteligente Sara Melas (Eva Mendes), una columnista de cotilleo que sigue cada movimiento de Allegra. Hitch, el profesional de la seducción definitivo, se ve de repente completamente enamorado de Sara, una reportera cuya máxima aspiración podría ser desenmascarar al más famoso doctor amor de Manhattan. Un film

lleno de humor donde se observan dificultades de comunicación con el sexo opuesto y como se van resolviendo a lo largo de la película. Muy adecuada para adolescentes. Propuesta por M^a CRUZ GUARDIOLA MARTINEZ.

Todos están bien

Frank Goode (Robert De Niro) se ha pasado la vida trabajando como un loco en una fábrica de material eléctrico para sacar adelante a su familia. Ahora que se ha jubilado, se da cuenta del poco tiempo que le ha dedicado a sus cuatro hijos. Y decide que ha llegado la hora de retomar la relación con ellos.

La esposa de Frank, fallecida, era el punto de contacto con sus hijos. Pero ahora se siente responsable y quiere saber cómo les va y echarles una mano. Así que un fin de semana organiza una barbacoa e invita a toda la familia. Los preparativos van viento en popa hasta que, cosas de la vida moderna, todos tienen una buena excusa para no acudir a la reunión familiar.

A pesar de la seria advertencia de su médico, Frank decide hacer frente a la situación. Hace las maletas y se lanza a recorrer Estados Unidos con la intención de hacer una visita sorpresa a cada uno de sus hijos y disfrutar de sus éxitos y su felicidad. Frank va a ver a su hijo David 'el artista' que vive en Nueva York, a su hija 'una alta ejecutiva de publicidad' en Chicago, a su hijo Robert, 'el director de orquesta' que vive en Denver y por último a Rosie, la benjamina que es 'bailarina en un espectáculo de Las Vegas'. Pero Frank no tarda en darse cuenta de que sus hijos no son tan felices ni tienen tanto éxito como su mujer le contaba. Frank regresa a casa después de un viaje que termina con la revelación de una tragedia familiar. Pero ahora sabe lo suficiente para decirle a su esposa que a pesar de todo, "todos están bien".

"Everybody's Fine" (Todos están bien) es una comedia dramática que nos cuenta una historia familiar muy común en nuestro mundo moderno. Padres y hermanos que viven a cientos de kilómetros, demasiado inmersos en el torbellino de la vida moderna para encontrar tiempo de llamarse, y demasiado preocupados por sus propias familias y amigos para encontrar tiempo de volver a casa.

Propuesta por Tania Arroyo González.

Influencia

El silencio de los corderos

La influencia en las emociones de los demás (ser capaz de ayudar los demás a sentirse mejor, o de influirles o convencerles, e incluso manipularles)

DIRIGIDA POR JONATHAN DEMME 1991

CREO QUE ES UNA INTERESANTE PELÍCULA PARA TRABAJAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PORQUE:

1. EL PROTAGONISTA CONSIGUE CONOCER A LA DETECTIVE A TRAVÉS DE LAS CONVERSACIONES QUE MANTIENE CON ELLA.
2. SE ESTABLECE UN CONTROL EMOCIONAL Y UNA RELACIÓN MUY ESTRECHA ENTRE AMBOS.
3. LA DETECTIVE POSEE UNA ALTA CONCIENCIA EMOCIONAL AL RECONOCER SUS PROPIAS EMOCIONES Y LOS EFECTOS QUE ESO PUEDE PRODUCIR EN LA INVESTIGACIÓN.
4. LA AUTORREGULACIÓN QUE DEMUESTRA LA DETECTIVE Y EL PROTAGONISTA. SIENDO MUY EVIDENTE EL AUTOCONTROL A LA HORA DE MANEJAR LAS EMOCIONES

[El Jefe de todo esto](#)

Lars Von Trier puede ser un poco difícil de seguir. Pero si los alumnos, de bachillerato preferentemente, se adaptan a la película puede ser un excelente ejemplo de manipulación emocional.

"Mentes peligrosas"

de John N. Smith.

La protagonista es profesora en un instituto de alumnos difíciles de barrios bajos norteamericanos. Están desmotivados y no ven futuro para ellos. Ella con su empeño, su empatía, su comunicación y buen hacer como profesional, conseguirá influirles para tener esperanza y una cierta visión de futuro. Unos lo conseguirán y otros no. Pero su influencia habrá servido. (propuesta por MARTA MOLINA GRACIA)

Los chicos del coro

de Christophe Barratier (2004)

En 1949, Clément Mathieu, profesor de música en paro, empieza a trabajar como vigilante en un internado de reeducación de menores. Especialmente represivo, el sistema de educación del director Rachin apenas logra mantener la autoridad sobre los alumnos difíciles. El mismo Mathieu siente una íntima rebeldía ante los métodos de Rachin y una mezcla de desconcierto y compasión por los chicos. En sus esfuerzos por acercarse a ellos, descubre que la música atrae poderosamente el interés de los alumnos y se entrega a la tarea de familiarizarlos con la magia del canto, al tiempo que va transformando sus vidas para siempre.

En esta película se pueden ver diversas dimensiones como son: el optimismo, la automotivación, la asertividad, la empatía, la satisfacción vital. Una película con grandes dosis de emoción. Propuesto por PALOMA SIMÓN RODRÍGUEZ

La Ola)

2008

Director: Dennis Gansel.

Sinopsis: Durante un proyecto semanal, el profesor Rainer Wenger enseña a los estudiantes de su clase el tema de la autocracia como forma de gobierno. Los estudiantes se muestran escépticos ante la idea de que pudiera volver una dictadura como la del Tercer Reich en la Alemania de nuestros días y que ya no hay peligro de que el nacionalsocialismo vuelva a hacerse con el poder. El profesor decide empezar un experimento con sus alumnos para demostrar lo fácil que es manipular a las masas. Al final se cambia el final feliz de la película de televisión original, por un final en el que se responsabiliza al profesor por desgracias ocurridas durante el experimento.

Justificación: Esta película trata de la influencia de una idea en el grupo, de cómo se puede modificar el pensamiento de un grupo de personas. Con esta película el director trata de demostrar que no es del todo imposible que un movimiento como el nacionalsocialismo

pueda volver a emerger en Alemania si se dan las condiciones y se modifica adecuadamente el ambiente.

(Propuesta por Erika Pérez Soria)

El club de los poetas muertos

Una película estadounidense dirigida por Peter Weir en 1989 con guión de Tom Schulman

Sinopsis: Estamos en 1959 en la Academia Welton, una estricta y prestigiosa escuela privada situada en Vermont (Nueva Inglaterra, USA). A ella se incorpora John Keating -antiguo alumno de la Academia- como profesor de Literatura en el curso de preparación para la Universidad. "Tradicción, honor, disciplina, grandeza" son los 4 pilares de la educación que se imparte en este colegio de élite. Pero Keating está dispuesto a romper, con sus peculiares métodos pedagógicos, estos principios: quiere inculcar en sus alumnos el amor por la libertad y la búsqueda de la belleza como principales linderos del camino que conduce a la realización del ser humano. En El club de los poetas muertos el profesor ayuda a los alumnos a descubrir sus propios caminos, rompiendo con algunas pautas de la escuela tradicional (del magicentrismo al paidocentrismo). Es una de las pocas películas en las que la relación entre profesores y alumnos se convierte en una búsqueda común. En este film se puede comprobar la influencia que los referentes pueden tener en los demás, sobre todo si esta es utilizada con el fin de que los alumnos aprendan a tener pensamiento reflexivo, a tener espíritu crítico, al aprendizaje significativo... . (Propuesto por JESUS CUEVAS COLMENERO)

Autorregulación

La autorregulación emocional (ser capaz de cambiar los propios estados de ánimo, por ejemplo, controlando la ira, disimulando una emoción, etc.)

Planta IV

Director: Antonio Mercero

Un grupo de jóvenes que rondan los 15 años, viven su vida en la planta de traumatología de un hospital, con su buen humor logran desafiar al cruel destino que los mantiene en ese centro.

Estos niños son muy conocidos en el hospital, y llevan una vida increíblemente contraria a la que muchos enfermos llevarían, su humor, demuestra la gran valentía que poseen, a pesar de su corta edad, y aunque tienen miedo de muchas cosas, no dejan que eso les prive de disfrutar de las cosas que tienen a la mano, " el humor, la amistad, la esperanza ".

(Propuesto por Angélica del Viejo Rico)

"Un día de furia"

("Falling Down"). [Escena "quiero un desayuno"](#) En versión original, inglés.

La vida es bella

Director: Roberto Benigni

Esta película es especialmente adecuada como recurso didáctico para trabajar esta dimensión de la inteligencia emocional. En ella, Guido, un italiano judío, muestra un elevado grado de autorregulación emocional.

La película se ambienta en el período de la Segunda Guerra Mundial. Guido, su tío y su hijo Josué son deportados a un campo de concentración nazi. Una vez en el campo Guido logra hacer creer a su hijo que todo lo que allí sucede es un juego que tiene como premio un tanque, y que para ganar no tiene que dejarse ver por los guardias alemanes. Así, con amor, imaginación y fantasía cada día él logra inventar nuevos juegos para que Josué viva el holocausto como un juego.

Al final de la película, los soldados alemanes ante la llegada inminente de los soldados aliados planean matar a todos los prisioneros. Guido logra esconder a su hijo antes de ser apresado por un soldado, que le conducirá a un callejón para asesinarlo. Hasta el último momento, incluso cuando sabe que está a punto de morir, logra autorregular sus emociones disimulando su estado de

ánimo para hacer “bella la vida” a su hijo, como si todo se tratara sólo de un juego.

A la mañana siguiente, cuando vuelve la calma al campo de concentración, Josué sale del escondite y ve el campo vacío. El campo ha sido liberado por los norteamericanos y, al ver entrar un tanque se acuerda del premio del que le habló su padre. Josué asombrado se va con el piloto, y por el camino encuentra a su madre...

De esta manera Guido, gracias a su inteligencia emocional y a su elevado grado de autorregulación emocional pudo ayudar a su hijo a superar una experiencia tan horrible...

(Propuesto por PILAR PUIG TEIXIDOR)

Coincido plenamente con mi compañera Pilar al destacar "La Vida es Bella" como ejemplo incontestable de autorregulación emocional. La película nos muestra la fuerza de un padre que hará cualquier cosa para hacer creer a su hijo que no se encuentra en el lugar más horrible que el ser humano ha creado jamás.

(propuesto por Emmanuelle Daniau)

Trainspotting

DIRECTOR: Danny Boyle. Basada en el libro de Irvine Welsh.

He elegido esta película, siendo consciente de que se trata de una película muy dura, también he elegido el apartado de autorregulación emocional porque no existe probablemente una persona que tenga menos autocontrol emocional que un drogadicto, debería decir que menos autocontrol, simplemente.

No es una película moralizadora, pero obliga a pensar sobre lo que uno quiere y espera de su vida y lo que una sociedad en la que todas las instituciones sociales, empezando por la familia, han sido castradas, degenerando en una sociedad consumista, pero que al mismo tiempo no ofrece a las nuevas generaciones ninguna opción moral válida.

la película enfrenta al adolescente que la vea con una realidad personal y social terrible , alejada de estereotipos actuales , en los que nada protege del horror , ni ser más guapo , el sexo , la violencia , solo la decisión de escapar e incluso esa ,requiere un gran costo personal , nada es gratis .

Las preguntas que se pueden hacer los adolescentes que ven ésta película son infinitas , y las respuestas deben ser propias . No es una película típica hecha por adultos para alejar a los jóvenes de las drogas , pero resulta de un nihilismo y de una crudeza tal , que obliga sobre todo a pensar

(Propuesta por M^a Antonia Agudo Gandarillas)

El indomable Will Hunting

DIRECTOR: Gus Van Sant

Will demuestra una inteligencia asombrosa, sobretodo por las matemáticas. Sin embargo, lleva una vida gris, realiza trabajos mal pagados y tiene amigos con los que realiza algunas actividades delictivas. No es capaz de utilizar su inteligencia para cambiar su estilo de vida. Un profesor de la universidad en la que trabaja se da cuenta de sus capacidades, pero también de sus problemas emocionales. El profesor intentará evidenciarle sus necesidades emocionales para encauzar su inteligencia. Con esta película se pueden trabajar diversas dimensiones emocionales como la impulsividad, la autorregulación o autoconcepto.

(Propuesta por M^a Natividad Jiménez Serradilla)

Camino

2008.

Inspirada en hechos reales, CAMINO es una aventura emocional en torno a una extraordinaria niña de once años que se enfrenta al mismo tiempo a dos acontecimientos que son completamente nuevos para ella: enamorarse y morir. CAMINO es, sobre todo, una luz brillante capaz de atravesar todas y cada una de las tenebrosas puertas que se van cerrando ante ella y que pretenden inútilmente sumir en la oscuridad su deseo de vivir, amar y sentirse definitivamente feliz. La autorregulación de emociones ofrecida por sus protagonistas nos acerca a una gran emotividad y reflexión

sobre la aceptación del dolor (la realidad de enfermedades vida y muerte) y las respuesta positivas ante el mismo. Propuesta para el Programa de Orientación Modular UNED. Adela Reina Estévez.

París, Texas

Paris, Texas es una película franco-alemana del año 1984, dirigida por el germano Wim Wenders, hablada en inglés y rodada en Estados Unidos. El título de la película se refiere a un lote baldío que queda en la ciudad llamada Paris en el estado de Texas y que se relaciona con los recuerdos del protagonista.

Cerca de la frontera mexicana en Texas un hombre que padece de amnesia aparece en el desierto. Después de caminar por días se desploma y es llevado a un centro de salud donde se conoce que el hombre se llama Travis (Harry Dean Stanton) y ha estado perdido por cuatro años. Es entonces cuando acude su hermano, quien lo habría reportado como desaparecido años atrás y lo lleva hacia su hogar en Los Ángeles. Travis descubre que su hijo Hunter se crió con su hermano y la esposa de éste, quienes nunca ocultaron que Travis era su padre desaparecido. Travis se hace amigo de su hijo y lo convence de ir con él en busca de su esposa y madre del pequeño de nombre Jane Henderson (Nastassja Kinski). Siguiendo una pista dada por la esposa de su hermano, Travis encuentra a Jane en Houston y descubre que tiene un empleo poco digno. Se decide a contactarla y juntos reviven su pasado. Travis deja el niño al cuidado de Jane. En el transcurso de la película el protagonista intenta reencontrar su pasado y a medida que lo consigue se tiene que enfrentar a distintas situaciones de control emocional.

(Propuesto por JESUS CUEVAS COLMENERO)

Impulsividad

La impulsividad y su control (comportarse de manera impulsiva, sin tomarse un tiempo para recapacitar y evaluar la situación)

Mejor... imposible

Director: James L. Brooks. "Mejor... imposible" es una película donde la impulsividad del personaje, con un trastorno obsesivo-compulsivo, es la base del desarrollo del argumento. La

personalidad del protagonista evoluciona progresivamente. En un principio, Jack Nicholson, un novelista neurótico, representa una persona con un intento absoluto de control del medio y sus emociones, pero que consigue el efecto contrario: una respuesta excesiva ante las conductas y las emociones de los demás. Progresivamente, cuando empieza a encariñarse con sus compañeros de viaje, el personaje comienza a relajarse, a disminuir su intento de control y, por lo tanto, a mejorar su capacidad de respuesta a las emociones. (Propuesto por SONIA M^a SANTOVEÑA CASAL)

Confesiones de una compradora compulsiva

Dirigida por PJ Hogan. La película sigue las andanzas de Rebecca Bloomwood, una chica muy divertida que adora las compras. La joven sueña con trabajar en su revista de moda favorita, pero no encuentra el modo de meter la cabeza hasta que, irónicamente, consigue un trabajo como columnista en una revista económica publicada por la misma compañía. Con su sueño a punto de cumplirse, Rebecca tiene que hacer los esfuerzos más increíbles para impedir que su pasado arruine su futuro, ya que el hecho de ser una compradora compulsiva, hace que cuente con deudas de cantidades importantes.

Con esta película vemos que la protagonista es incapaz de realizar ninguna acción pensando en las consecuencias que ello pueda acarrear, una de las características de la impulsividad. Igualmente, se trata de una chica impaciente, lo cual no le permite esperar a que las cosas vayan por su cauce. Sin embargo, y gracias a la ayuda de sus compañeros de terapia conseguirá deshacerse de la deuda, así como ser consciente de que el trabajo de sus sueños no es lo que parecía ser.

Por tanto, esta película enseña claramente cómo es una persona con altas dosis de impulsividad. (publicado por Elixabet Almandoz)

Cuidado de las relaciones interpersonales

El cuidado de las relaciones interpersonales (preocuparse por tratar bien a nuestros allegados, y de no perder contacto con amigos y familiares)

12 hombres sin piedad

Película completa en castellano.

Cuenta conmigo (Stand by me)

El cuidado de las relaciones interpersonales como dimensión de la Inteligencia Emocional, hacen referencia al dominio de estrategias y formas de relacionarse afectiva y efectivamente con las demás personas, creando redes de relaciones, construyendo climas agradables, abiertos y efectivos en sus conversaciones. Las competencias en esta categoría son: desarrollo de persona, liderazgo, influencia, comunicación, gerencia del cambio, manejo de conflictos, construcción de redes y la cooperación en equipo.

Cualquiera puede darse cuenta de que una buena relación con los demás es una de las cosas más importantes para nuestras vidas y para nuestro trabajo. Y no solo tratar a los que nos parecen simpáticos, a nuestros, amigos, a nuestra familia, sino saber tratar también exitosamente con aquellos que están en una posición superior, con nuestros jefes, con nuestros enemigos, etc.

En la película de Rob Reiner Cuenta Conmigo de Rob Reiner (Estados Unidos, 1986) se puede apreciar el desarrollo de las habilidades de relación a través de la evolución de los personajes.

Gordon Lachance, ya adulto, recuerda la que fue la aventura más emocionante de su vida. Ocurrió en una pequeña ciudad de Oregón, al final de unas vacaciones de su infancia. Cuatro amigos emprendieron una fantástica aventura en busca de un muchacho desaparecido. Jugando a ser héroes, Gordie, Chris, Teddy y Vern se encontraron en medio de un ambiente hostil en el que debían valerse por sí mismos. Esperando convertirse en auténticos héroes, los cuatro contarán historias, vivirán aventuras y se enfrentarán a una pandilla de chicos mayores que ellos, en un reto del que saldrán cambiados para siempre, cuando cada uno haya descubierto algo nuevo de sí mismo.

Esta película se puede utilizar en ESO y Bachiller, en las áreas de Tutoría, Lengua y Procesos de Comunicación, Educación para la convivencia, Religión y Alternativa o Transición a la vida adulta para fomentar y valorar valores de relación como la comunicación, la

cooperación y la amistad, analizar y asumir el paso de la infancia a la adolescencia o comparar las estructuras narrativas del cine y la literatura.

(PROPUESTO POR MANUELA LÓPEZ CÁNOVAS)

Cowboy de medianoche

Director: John Schlesinger

Cowboy de medianoche es una bellísima y dura historia sobre el choque de los sueños contra la cruda realidad, la soledad, la maduración a base de golpes y la amistad entre dos supervivientes. Uno de los conflictos más interesantes de la película es la dificultad que tienen los dos personajes principales para relacionarse; ambos se necesitan, pero carecen de las competencias sociales y las habilidades de relación necesarias para tener una relación cordial. Aunque estos personajes carecen de asertividad, control de las emociones y habilidades sociales, están obligados a colaborar para sobrevivir en la jungla de asfalto, así como para combatir la soledad y satisfacer la necesidad de calor humano que tienen. La relación de amor-odio que se establece entre ellos ofrece una perspectiva muy interesante sobre las estrategias emocionales que desarrollamos en nuestras relaciones.

Una de las escenas más impactantes es aquella en la que uno de los protagonistas, que ha sido estafado por el otro, se siente tan solo que al encontrarle por la calle, pese a estar deseando vengarse de él, esboza una sonrisa de alegría y levanta la mano para saludarle (¡por fin una cara conocida a la que saludar después de días enteros perdido entre la multitud!). Acto seguido, recuerda que lo está buscando para darle su merecido, y su semblante cambia radicalmente. Al final de la película, cuando uno de los dos está gravemente enfermo y el otro realmente ya no le necesita, el vínculo que se ha creado entre estos dos seres necesitados de compañía es tan grande, que en vez de abandonarle y considerarle una carga, le cuida y hace todo lo posible por mejorar su bienestar.

La película también es un buen ejemplo sobre las consecuencias sociales de carecer de habilidades para establecer relaciones satisfactorias y mantenerlas en el tiempo.

Propuesta por Raúl González García

Masala

dirigido por Salvador Calvo.

En un barrio conflictivo lleno de inmigrantes, responsables del ayuntamiento pretenden demoler el instituto donde estudian la mayoría de ellos, para la construcción de viviendas, afirmando que el instituto es un nido de delincuencia. Ante tal situación y con la colaboración del profesorado y alumnado del propio instituto, consiguen preparar y ofrecer un gran concierto. A través de él, demuestran tanto a padres, vecinos como a responsables de la administración y educación, que en ese instituto hay alumnado con gran porvenir que tiene necesidad de que el instituto siga en pie.

Se trata de una película en donde se aprecian diferentes dimensiones de la Inteligencia Emocional en cada uno de sus protagonistas, como por ejemplo, la autoeficacia de la profesora de música, el manejo de la resolución de conflictos del director, la adaptabilidad y trabajo en equipo de cada uno de los alumnos, etc. En esta ocasión, sin embargo, destacamos el cuidado de las relaciones interpersonales; todos los protagonistas proceden de una cultura diferente al de sus compañeros (chinos, indios, gitanos, marroquíes,...) y sin embargo pese a las diferencias que pueda tener por ejemplo, una india con un gitano, todos cuidan de todos, incluso en los momentos más difíciles como puede ser ante el peligro de muerte de uno de ellos. Con semejantes diferencias, en lugar de separarse unos de otros, consiguen contar con una empatía y unas habilidades interpersonales que hace que unos se cuiden de otros y que trabajen en equipo por un objetivo común como es el concierto. (propuesto por Elixabet Almandoz)

Tigre y fragón

Director: Ang Lee. Año: 2000

La historia se centra en dos experimentados y legendarios expertos en artes marciales, Li Mu Bai y Yu Shu Lien, quienes no sólo dominan el arte de la espada, sino de la meditación, la compasión, la percepción emocional, ante su situación y la que se desarrolla durante la trama. Ambos están enamorados pero sienten que no

pueden seguir sus sentimientos ya que en el pasado, Shu Lien fue obligada a casarse con el "hermano" de Mu Bai. Mientras tanto, Jen, hija de una aristócrata, anhela vivir aventuras, no ser simplemente una mujer de la corte. Mu Bai va en busca de su legendaria espada, Destino Verde, que ha sido robada por Jen. Jen lucha contra Mu Bai en varias ocasiones, pero el rechaza matarla porque quiere entrenarla como aprendiz, y enseñarle sus aprendizajes como experto. Jen también lucha contra Shu Lien, quien intenta inculcarle los valores del amor y la amistad. Jen es testaruda y obcecada por su amor prohibido con el bandido del desierto Lo, rechaza la ayuda ofrecida por Mu Bai y Shu Lien. (PROPUESTA POR CONCEPCION JIMENEZ ENDRINA)

Enma

DIRECTOR: Douglas McGrath

Rasgo: HABILIDADES INTERPERSONALES

La película, ambientada en el siglo XVIII, describe las relaciones que mantiene una joven y rica heredera inglesa con su contexto. En la protagonista (Emma), confluyen grandes habilidades relacionadas con su entorno, puesto que posee una gran capacidad para relacionarse adecuadamente con todos los estratos sociales, manejando correctamente las emociones y ejerciendo un control sobre las mismas.

(Propuesto por María Dolores Parra Ramírez)

Cobardes

(2008)

Directores: José Corbacho y Juan Cruz

Sinopsis: Gaby es un chaval de catorce años que tiene miedo a ir al colegio. Tal vez su temor sea a causa de Guille, un compañero de clase, que a su vez tiene miedo a defraudar a su padre. Pero los padres de Gaby y Guille también tienen miedo. Joaquín, el padre de

Gaby, tiene miedo a perder su trabajo, y Merche, su madre, miedo a que su familia se desmorone. Guillermo, padre de Guille, tiene miedo del poder que le envuelve, y Magda, su madre, miedo de no conocer a su propio hijo.

Justificación: Es una película muy buena para trabajar el acoso escolar y apreciar los diferentes papeles de los protagonistas poniéndonos en sus lugares (dinámica del bullying) y debatiendo después con ejemplos reales. Además se pueden proponer nuevas formas de intervención en los conflictos.

(Propuesto por LEVÍ GÓMEZ SESMERO)

Autoestima

La autoestima (sentirse bien con uno mismo, quererse a sí mismo). “Autoestima es apreciar en su justo valor todo lo que somos” “El desafío es empezar a conocernos, aceptarnos y querernos en todas nuestras facetas, tanto positivas como negativas”

Mi pie izquierdo

NACIONALIDAD: Irlanda AÑO. 1990

DIRECTOR: Jim Sheridan

Esta película se basa en una historia real, la de Christy Brown. Nació con parálisis cerebral irreversible, décimo hermano de 22. Sólo tiene control de una parte de su cuerpo, de su pie izquierdo. Con gran esfuerzo, tenacidad y ayuda de su madre consigue relacionarse con los demás, escribir su autobiografía y pintar.

La película recoge muy bien las características de su infancia: familia católica, barrio obrero de Dublín, dificultades económicas que tienen la familia, discusiones, problemas....

(Propuesta por Angélica del Viejo Rico)

Zelig

DIRECTOR Woody Allen

REPARTO, Charles Joffe, Woody Allen, Dick Hyman, Gordon Willis, Les Bloom, Janet Rosenbloom, Santo Loquasto, Mia Farrow

Zelig es una película de Woody Allen, falso documental, que cuenta la historia de un hombre llamado Leonard Zelig.

Este personaje tiene la capacidad de adaptar su apariencia física y forma de ser dependiendo de con quien está. Así pues, durante la película aparece como músico de jazz, psicoanalista, judío...

En un momento de la película la Doctora Fletcher descubre que el problema de Zelig es una falta de autoestima y de seguridad que comenzó cuando iba al colegio y dijo que había leído Moby Dick porque el resto de sus compañeros habían dicho que lo habían leído y le daba vergüenza no haberlo leído.

Cabe destacar, que la conducta de Zelig no es premeditada, sino que es inconsciente. Finalmente, lo único que logra curar a Zelig es el amor de la Doctora Fletcher, quizás le dio la autoestima suficiente para ser el mismo.

Propuesta por Nerea Olza.

Erin Brokovich

Steven Soderbergh

Erin Brockovich es una película estadounidense del año 2000 dirigida por Steven Soderbergh y protagonizada por Julia Roberts quien recibió por este papel el oscar a la mejor actriz. Erin es una madre divorciada y con tres hijos, con un carácter y una presencia demoledora, que tiene dificultades para encontrar un empleo. En cierto momento sufre un accidente automovilístico y demanda al culpable. Tras perder dicha demanda decide pedirle trabajo a su abogado, pues considera que éste tiene una deuda con ella por no haber ganado su caso. En su trabajo descubre por casualidad que se está encubriendo un fraude de contaminación de agua, que está causando enfermedades mortales a las personas de la comunidad. Ella convence a su jefe para que le permita investigar y consigue descubrir que muchas personas que viven en los alrededores de las instalaciones de GAS Y ELECTRICIDAD DEL PACÍFICO tienen cáncer a causa de tal contaminación. Basada en una historia real, la película aborda distintas temáticas interesantes. Empezando por la problemática que conlleva la búsqueda de trabajo en personas poco

cualificadas, la protagonista es menospreciada por ser una mujer divorciada, madre de tres niños y por su 'estilo de vestir' que incomoda a quienes se supone son sus compañeras de trabajo. Cuando se presenta en el despacho para resolver la situación de su accidente, está desesperada y se enfrenta al abogado en un último intento por llamar su atención y le advierte: "Hay dos cosas que me cabrean, que me ignoren y que mientan". Erin se siente ignorada y engañada permanentemente.

Después, el desarrollo de la investigación implica grandes sacrificios personales: su hijo está triste porque casi no la ve y su pareja decide dejarla por la poca atención que dedica a su relación. Erin le dice: "Por primera vez en mi vida hay gente que me respeta, he condicionado mi vida a las necesidades de los hombres, no lo haré más". Al avanzar el caso, la situación se complica y el abogado Ed Masry se asocia con otro abogado experto en ese tipo de demandas. Erin es sustituida por otra auxiliar sin hacer consideraciones. Ella reclama a su jefe por la situación y éste le explica que es lo mejor para el caso. "Lo has hecho algo personal y no lo es", le dice Masry, y ella le contesta: "Es mi trabajo, es el tiempo de mis hijos, sí es personal".

Erin no tiene estudios superiores, ni buenos contactos, ni solvencia económica, sin embargo, su éxito (un éxito real) es fruto de una madurez personal y profesional, que pone de manifiesto una alta autoestima y una gran confianza en sí misma.

Es la vida de una luchadora, que hace gala de una incomparable Inteligencia Emocional ya que, además, posee tesón y perseverancia para lograr los objetivos que se ha marcado, capacidad para empatizar con los demás (desde el director del despacho a las personas afectadas por la compañía contaminadora) y la capacidad de vencer y persuadir. (Propuesto por: LYDIA PRIETO CARRILLO)

La verdad sobre perros y gatos

es una película de 1996, dirigida por el estadounidense Michel Lehman, de 97 min de duración, interpretada en uno de sus papeles protagonistas por Uma Thurman, joven actriz estadounidense que desde el principio de su carrera ha estado claramente definida en una elección de papeles y colaboradores inteligente y muy

selectiva, fuera de lo que ella considera las típicas películas comerciales.

Es una comedia romántica, en la que Abby es una joven y simpática presentadora de radio sobre perros y gatos, y con su dulce voz y sus conocimientos soluciona todo tipo de problemas a los radioyentes que llaman al programa para una consulta. A pesar de ser una mujer inteligente, dulce, y segura de sí misma en su trabajo, está acomplejada por su físico. En un momento de la película, un chico Brian, llama a su programa y después de un diálogo con ella, la invita a quedar. Pero ella, estando segura que el fotógrafo es perfecto y consciente de sus limitaciones, sus complejos y su baja autoestima, decide crearse un nuevo físico haciendo que su vecina, que es modelo, se haga pasar por ella en la cita y en los posteriores encuentros con Brian.

Es una historia agradable y a la vez amarga, una chica que oculta su físico entre micrófonos radiofónicos, conversaciones telefónicas y mascarillas faciales improvisadas, debido a sus problemas de autoestima y a su inseguridad por su propia apariencia. Hasta que llega el momento en que ambas mujeres, Abby y su vecina Noelle, comienzan un combate por Brian, produciéndose una serie de graciosos malentendidos que hacen que el engaño involuntario se haga cada vez mas grande, hasta que él se da cuenta de que chica con la que queda no es la misma que la que habla por la radio, y después de un montón de peripecias se descubre todo el engaño.

(Propuesta por PURIFICACION SÁNCHEZ SIERRA)

Tomates verdes fritos

(1992)

Director: Jon Avnet

Sinopsis: Una mujer de mediana edad, frustrada por su obesidad y la incomprensión de su marido, conoce a una anciana que le cuenta una historia del pasado sobre la amistad de dos mujeres y el misterioso asesinato del marido de una de ellas.

Justificación: La trama de esta película, que se desarrolla en dos épocas diferentes y nos habla de la amistad, la autoestima, la

superación y el optimismo, muestra la evolución de su protagonista, que pasa de llevar una vida dominada por la rutina, sumida en un matrimonio apático, insegura y llena de complejos, sin posibilidad de recuperar su autoestima por una educación tradicional que la ha vuelto pasiva y resignada, a recobrar su autoestima y convertirse en una mujer autosuficiente y segura que no duda en exigirle a su marido el respeto que ha perdido por ella y en romper con los estereotipos que han marcado su vida hasta entonces, todo ello gracias a la intervención de la anciana que le cuenta una serie de historias de su pueblo. A través del cambio que sufre la protagonista se comprueba cómo es posible cambiar las cosas a mejor, valorándonos y respetándonos a nosotros mismos (que es el paso previo para valorar y respetar a los demás).

(Propuesta de SARA MARÍA LONGO GONZÁLEZ)

El hombre que susurraba a los Caballos

(1988)

Director: Robert Redford

Sinopsis: Grace MacLean tiene 14 años y acaba de sufrir una aparatosa caída cuando montaba a su caballo Pilgrim. Su madre, preocupada por el estado emocional de su hija recurre a un susurrador de caballos que les ayude a superar la situación.

Justificación: Se trata de observar el desarrollo de la niña, que recientemente ha tenido un accidente y ha perdido una pierna. Cómo recupera la autoestima que perdió tras el accidente.

(Propuesta por ERIKA PÉREZ SORIA)

Los lunes al sol

DIRECTOR: Fernando León de Araona

En Los lunes al sol se nos muestra la actitud de un grupo de hombres que se queda sin trabajo. Cómo esta circunstancia afecta a su autoestima y genera una actitud pesimista ante la vida que no ayuda a afrontar el problema. Otro aspecto, que nos permite

analizar la película, son las relaciones interpersonales. El grupo comparte recuerdos y desesperación, aunque no todos reaccionarán de la misma manera ante la misma situación. Se detecta una gran necesidad de automotivación para afrontar la frustración.

(Propuesta por M^a Natividad Jiménez Serradilla)

Erin Brockovich

2000. Protagonista Julia Robert. Argumento: Una madre divorciada dos veces y con tres hijos tiene dificultades para encontrar un empleo. En cierto momento sufre un accidente automovilístico y demanda al culpable. Después de haber perdido dicha demanda decide pedirle trabajo a su abogado, pues ella considera que éste tiene una deuda con ella por no haber ganado su caso. En el desarrollo de su puesto descubre por casualidad que se está tratando de encubrir un fraude de contaminación de agua, el cual está causando enfermedades mortales a las personas cercanas a la comunidad. Erin investiga muy a fondo y logra descubrir que demasiadas personas que viven en los alrededores de las instalaciones de Gas y Electricidad del Pacífico tienen cáncer a causa de tal contaminación. Conoce a George, interpretado por Aaron Eckhart, un motorista, quien cuida de sus hijos y del que se enamora, pero la investigación en la que está involucrada Brockovich resulta ser más importante. Esta película nos muestra una vez como hechos reales, conducen a las personas hacia la autoestima frente las críticas externas y la superación de adversidades por la confianza en si misma en su posibilidades, con reforzamiento emocional. Propuesta para Programa Modular de Orientación En competencias UNED. Adela Reina Estévez

Obtenido de ["http://es.wikipedia.org/wiki/Erin_Brockovich_\(pel%C3%ADcula\)"](http://es.wikipedia.org/wiki/Erin_Brockovich_(pel%C3%ADcula))

PRECIOUS

Director: Lee Daniels Guionista: Geoffrey Fletcher Año: 2009
 Género: Drama Actor / Actriz: Paula Patton, Sherri Shepherd, Mariah Carey, Gabourey Sidibe, Mo'Nique, Lenny Kravitz, Stephanie Andujar, Chyna Layne, Nealla Gordon

Claireece 'Precious' Jones tiene 16 años, es obesa y analfabeta y espera su segundo hijo de su propio padre ausente. Vive en

Harlem, el reino de los invisibles, de los sin voz, con su madre, una reclusa cruel que mira la televisión sin cesar y la somete a los más denigrantes abusos. Forzada a abandonar la escuela a causa de su embarazo, Precious acaba en un instituto para casos desesperados. Y allí, en el último escalón de aquellos que ya han bajado todas las escaleras, está la señorita Rain, una maestra joven, combativa y radical a través de la cual Precious tendrá la posibilidad de recuperar su voz y su dignidad descubriendo un nuevo mundo en el que puede al fin expresarse de una manera que nunca antes había imaginado.

La joven Clareece Jones es obesa y fea, se la conoce (paradójicamente) como Precious y su vida ha sido de todo menos fácil: ha sufrido los abusos sexuales de su padre (padre, a la sazón, de sus dos hijos, el primero de ellos una niña con Síndrome de Down), debe soportar las continuas humillaciones (físicas y psicológicas) de su madre y la han expulsado del instituto. Todo es sucio en "Precious", todo es sórdido y abominable, por ello la protagonista cierra los ojos y sueña con una vida paralela en la que es famosa, en la que se viste con ropas caras, en la que un chico bebe los vientos por ella y en la que, y eso es lo fundamental, la gente la quiere. Y es que Precious sólo necesita ser querida y no sentirse un enorme trozo de carne inservible, calificativo que su madre se encarga de recordarle en cuanto tiene ocasión.

(Propuesta por OLGA GONZÁLEZ FERRERA)

Película propuesta: PRECIOUS Directo: Lee Daniels Dimensión de la inteligencia emocional rasgo en esta película: AUTOESTIMA

Precious es una adolescente que vive en el seno de una familia desestructurada. Su situación familiar le dificulta sumamente su inserción social y laboral. A pesar de todo ello, Precious logrará elevar su autoestima a través de la formación y de su esfuerzo personal. La autoestima juega una gran baza en conseguir su propósito en la vida.

(Propuesto por María José Parra Ramírez)

The Horror Bus

(Rasgo: autoestima)

Director: Pieter Kuijpers

Justificación: Este film está dirigido a niños/as de edades comprendidas entre 10- 12 años. Es un film de misterio y miedo, entre otras cosas se trabaja el tema del Bullying. Es muy recomendada para trabajar el rasgo de la autoestima, ya que el protagonista a lo largo del film adquiere mayor confianza en sí mismo y se reconforta. El protagonista escribe una historia que se hace realidad, con objeto de hacer frente a sus compañeros/as de clase. (recomendada por Saioa Iarruskain)

SUEÑOS DE UN SEDUCTOR

Dirigida por Woody Allen.

La historia de un cinéfilo que, afectado por su reciente divorcio, comienza a buscar una chica con quien estar, enredándose en un triángulo amoroso con la esposa de su mejor amigo, fue adaptada para la pantalla de una manera pulcra y divertida. En un tono de comedia y con un buen ritmo, el espectador se adentra a la vida de este sujeto, que alucina a Humphrey Bogart dándole consejos para ser un seductor.

Es un ejemplo claro de autoestima, ya que el protagonista (Woody Allen) consigue ser un auténtico conquistador a pesar de su físico, hasta el punto de compartir confidencias y habilidades de seducción con el propio Humphrey Bogart.

(propuesto por Emmanuelle Daniau)

Automotivación

La automotivación (ser capaz de motivarse para conseguir algo, a pesar de las dificultades y obstáculos)

Forrest Gump

Director: Robert Zemeckis

Forrest Gump es retrasado, y la historia comienza desde el final: sentado en un banco cuenta su vida a unos desconocidos, mientras espera un autobús. Durante la película se convierte en héroe

americano, en multimillonario, en empresario., jugador de rugby, soldado, jugador de ping pong...

Así, teniendo en cuenta que la automotivación es la base esencial para conseguir lo que deseamos, esta película es un ejemplo de ello. La superación de los problemas de relación, profesión, pareja, miedo, angustia, depresión, autoestima, complejos de inferioridad... sólo es posible en la medida en que el individuo está motivado, y participa libre y comprometidamente en su proceso de desarrollo personal.

(Propuesto por Angélica del Viejo Rico)

Patch Adams

dirigida por Tom Sádica (1998)

Hunter 'Patch' Adams (Robin Williams) después de una depresión padecida en su adolescencia, decide seguir la carrera de medicina. Después de su graduación, fundó el Instituto Gesundheit, dedicado a una visión más personalizada del accionar médico. Su principal tratamiento es el humor. Utilizando métodos poco convencionales y locas sorpresas para calmar las ansiedades de sus pacientes y ayudarlos a sanar, Patch fué un pionero en la filosofía que se basa en tratar al paciente, y no solamente a la enfermedad. La compasión, el involucramiento y la simpatía, sostiene Patch, tienen tanto valor para el médico como los avances tecnológicos en la medicina. Una filosofía radical tanto ayer como hoy. A LO LARGO DE TODA LA PELÍCULA SE PUEDE DETECTAR QUE EL PROTAGONISTA POSEÍA CIERTAS HABILIDADES QUE LE AYUDARON A CONSEGUIR LO QUE SE PROPONÍA

Alejandro Magno

("Alexander", título original) es una película épica del año 2004 dirigida por Oliver Stone

A LO LARGO DE TODA LA PELÍCULA SE PUEDE DETECTAR QUE ALEJANDRO MAGNO POSEÍA CIERTAS HABILIDADES QUE LE AYUDARON A CONSEGUIR LO QUE SE PROPONÍA. PODÍAMOS DESTACAR:

1. Percibía lo que sentía los demás, sobre todo sus guerreros y era capaz de ver las cosas desde su perspectiva y cultivar la afinidad

con una amplia diversidad de personas. Así pues, comprendía a los demás: percibía los sentimientos y perspectivas ajenas e se interesaba activamente. Importante destacar su alta Conciencia política ya que era un experto en: interpretar las corrientes emocionales de un grupo y sus relaciones de poder.

Por otro lado, manejaba bien las emociones e interpretaba adecuadamente las situaciones y las redes sociales; interactuar sin dificultar, utilizar estas habilidades para persuadir y dirigir, negociar y resolver disputas, para cooperación y el trabajo de equipo. Aplicaba tácticas efectivas para la persuasión. (Influencia), además de ser capaz de escuchar abiertamente y transmitir mensajes claros y convincentes (Comunicación), además de Manejar los conflictos e inspirando y guiando a grupos e individuos (Liderazgo) -Catalizador de cambio: iniciar o manejar el cambio.

PRINCESAS

de Fernando León de Aranoa (2005)

La película cuenta la historia de dos prostitutas amigas, Caye, española, y Zulema, inmigrante, y las dificultades que entraña su modo de vida, así como la percepción que tienen de sí mismas y las esperanzas que tienen en un futuro. En esta película se ven claramente la automotivación de las protagonistas para conseguir una vida mejor de la que tienen en ese momento.

Frase de la película "Esta noche no somos putas, somos princesas"
Propuesto por PALOMA SIMÓN RODRÍGUEZ

El aceite de la vida

Director: George Millar.(1992).

Lorenzo Odone, hijo único de unos inmigrantes italianos que viven en los Estados Unidos, comienza a los 3 años a desarrollar una grave enfermedad neurológica para la cual no existe un tratamiento (la adrenoleucodistrofia - ADL). En muy poco tiempo el niño, que había aprendido a andar y hablar correctamente, queda postrado en una camilla, inmóvil e hierático, sin que ningún médico pueda hacer

nada por sacarle de esa situación. Sus padres no se conforman con ello y deciden seguir luchando hasta agotar todos los recursos. Se enteran, que a partir de un aceite pueden aliviar a su hijo de sus dolores y problemas y se lanzan a la batalla: lo más difícil, convencer a los escépticos doctores de que el aceite sí tiene efectos terapéuticos.

Con esta película se pueden trabajar varias dimensiones de la inteligencia emocional, como la automotivación que lleva a los protagonistas a estudiar todo lo que pueden sobre Neurología Infantil (a pesar de que ninguno de los dos estaba previamente especializado en el área sanitaria), el manejo del estrés y la adaptabilidad ante la nueva situación, nos lleva a reflexionar sobre la vida y la voluntad humana para combatir los contratiempos por muy fuertes que sean.

Destacar un optimismo de los protagonistas, necesario para continuar luchando contra lo imposible, la asertividad precisa para enfrentarse a un grupo de escépticos médicos, quienes no creen en el poder curativo de los aceites conseguidos por los padres de Lorenzo.

La película hará reflexionar sobre la vida y la importancia de la unión familiar contra las adversidades. Expone un drama humano, pero no para recrearse en el dolor o en el mal, sino para mostrar precisamente humanidad, donde se pone a prueba el amor y sus más profundas convicciones, más la prueba lejos de destruirlos les humaniza, les hace superarse, crecer y, sobre todo vivir el amor en plenitud, como entrega.

(Propuesta por MARÍA BERTÓ MAÑÓ)

Volver

(nunca nos marchamos del todo... siempre volvemos)

El método

(2005). Dirección: Marcelo Piñeyro.

Siete aspirantes a un alto puesto directivo en una multinacional se presentan a una entrevista de trabajo que dirimirá quien de ellos es

el elegido. Lo que no saben es que deberán someterse al método Gronholm, una experiencia que les llevará a interactuar entre sí y a sacar lo mejor y peor de su ser propiciando que sólo 'el mejor' llegue al final, tras 'despedazar' al resto. Este método es una técnica empleada para la selección de recursos humanos que nadie conoce, pero con la que todos pronto colaboran. Es asimismo un reflejo de las relaciones de poder en la sociedad contemporánea y de la deshumanización que lleva aparejada el capitalismo salvaje.

La película narra las diferentes pruebas que deberán pasar los aspirantes al puesto de trabajo para poder llegar a ser elegidos. A través de diferentes arquetipos sociales (el pijo triunfador, el inseguro pelota, el cínico, la mujer calculadora...) se van desgranando diversas conductas, cómo cada uno de ellos recurre a sus particulares métodos para salir airoso y continuar adelante, aunque ello implique perjudicar al otro. Todo ello implicará que los participantes, quien más y quien menos, se hallen constantemente en un juego de "deber ser", en el que lo que más importa es la apariencia y el quedar por encima del compañero y/o rival. De cualquier modo, la verdadera personalidad siempre acabará aflorando, quizá con un mayor descontrol, sin dejar resquicio a los sentimentalismos. Es un film donde el diálogo es acción y la acción diálogo, con un argumento que se desarrolla casi por completo en un solo escenario.

Algunos de los conceptos o temas tratados en la película son el concepto de grupo; el trabajo en equipo, la colaboración, la flexibilidad, el liderazgo, la confianza, los juicios morales; la comunicación correcta y eficaz; el diálogo, la empatía; el tema de las dinámicas de grupo; la participación, el positivismo, etc. (Propuesta por LAURA PÉREZ PAZOS).

Billy Elliot

La automotivación como componente de la Inteligencia Emocional nos permite dirigir las emociones hacia un objetivo, mantener la motivación y fijar nuestra atención en las metas en lugar de en los obstáculos. En esto es necesaria cierta dosis de optimismo e iniciativa, de forma que seamos emprendedores y actuemos de forma positiva ante los contratiempos. Esta dimensión de la inteligencia emocional está presente en la película Billy Elliot de Stephen Daldry (Gran Bretaña, 2000) a través del personaje principal, quien tendrá que salvar grandes obstáculos para conseguir su meta: Bailar.

La vida en el norte de Inglaterra en el año 1984 era muy dura debido a la huelga minera. Billy Elliot vive con su familia en el Norte de Inglaterra, es un chico de once años que ha perdido recientemente a su madre y su padre y su hermano mayor, sólo tienen en la cabeza secundar la huelga.

La vida de Billy da un giro cuando en el gimnasio donde da clases de boxeo observa a unas chicas de su edad aprendiendo ballet. Decide cambiar sus guantes de boxeo y entregarse al baile en cuerpo y alma. Con ayuda de la señora Wilkinson, irá introduciéndose en ese mundo, ante la oposición de su familia. Billy sólo recibe el apoyo de su mejor amigo Michael y de su profesora de ballet que ve en él un gran potencial para llegar muy alto en el mundo del baile. Esta actitud recibe la fuerte desaprobación de su padre y su hermano que ven el ballet como "algo de chicas" y encierran a Billy en casa para alejarlo de él. Aún con su familia en contra, Billy seguirá luchando por el baile hasta conseguir su máximo sueño: debutar en un teatro del West End londinense. Sueño que conseguirá 15 años después en un espectacular debut en el que demostrará un talento innato.

Esta película se puede utilizar tanto en el nivel ESO como en Bachiller en las áreas de Tutoría, Ciencias Sociales, Ética, Transición a la vida adulta, Música, Papeles sociales de mujeres y hombres, para que los alumnos aprendan a valorar los elementos que pesan en la toma de decisiones, asumir posturas en situaciones de conflicto, fomentar el esfuerzo para consolidar vocaciones y a reflexionar sobre los roles sociales. (PROPUESTO POR MANUELA LÓPEZ CÁNOVAS)

Una mente maravillosa

(2001) Director: Ron Howard.

“Una mente maravillosa” narra la historia de un genio de las matemáticas, John Forbes Nash Jr., que en el cenit de su trabajo y tras un gran esfuerzo intelectual se ve afectado por una enfermedad mental.

El protagonista de esta película, experimenta a la misma vez el reconocimiento por su trabajo y la angustia de la enfermedad. Consigue, gracias a que posee “una mente maravillosa” y a que recibe atención y ayuda de familiares y amigos, dominar y convivir con la enfermedad.

He seleccionado esta historia porque transmite fuerza y la idea de que todo lo que no gusta se puede cambiar. Considero también que es un ejemplo de superación y salir adelante, de cómo vencer grandes obstáculos y de humildad.

Propuesta por ROSARIO SANMARTÍN ALCARAZ

CARROS DE FUEGO

(1981) Director: Hugh Hudson

Esta película está basada en una historia real de amistad, rivalidad, superación y triunfo cuyos protagonistas principales son dos atletas británicos que participan en las Olimpiadas de París de 1924. Los dos atletas, Eric Liddell y Harold Abrahams, pertenecen a clases sociales diferentes, con convicciones y caracteres opuestos pero con un objetivo común: participar en los Juegos Olímpicos. Eric es evangelista, simpático, alegre, humilde, gran deportista y es querido por todos. Harold es sensible, inteligente, gran deportista y judío con lo cual no es muy querido por la sociedad inglesa. La solución a su necesidad de aprecio y reconocimiento la encuentra en ser un atleta famoso. He elegido esta película porque la considero un ejemplo de sacrificio, superación y motivación para conseguir el triunfo y subir al podium. Estos dos atletas llenos de humanidad y de humildad nos dan una lección a la hora de dedicar el triunfo, uno lo dedicará a su Dios, para el otro será la carta de presentación en la Universidad.

Propuesta por ROSARIO SANMARTÍN ALCARAZ

PELÍCULA RECOMENDADA: “ El camino del guerrero” Director: Víctor Salva

La película es un recurso útil para transmitir la idea de la fuerza que tiene la inteligencia emocional en general y la importancia de la automotivación en particular para dirigir las acciones hacia el logro de nuestros objetivos. La película muestra a través del argumento y los diálogos que si uno quiere hacer algo, aunque en un primer momento piense que no puede o no tiene capacidad para ello, si realmente está motivado, sabrá esforzarse y trabajar hasta conseguirlo.

Dan, el protagonista, es un estudiante talentoso y un buen gimnasta. Se deprime muchísimo cuando el entrenador de la universidad le dice que los médicos piensan que no podrá volver a competir... Pero con la ayuda de Sócrates, un anciano que tiene unas destrezas inexplicables y una buena dosis de automotivación, iniciará un camino de descubrimiento y aprendizaje. Aprenderá a valorar la fuerza de las emociones y la automotivación por encima de la capacidad física, llevándole esta fuerza a la superación y al éxito.

(Propuesta por PILAR PUIG TEIXIDOR)

Pelicula Recomendada: "EN BUSCA DE LA FELICIDAD" 2006. Basada en Hechos reales. Protagonista WILL SMITH. En busca de la felicidad es una película basada en una historia real, que habla de un hombre llamado Chris Gardner, que a pesar de ser pobre, tener dificultades económicas y problemas familiares como lo es la separación de su esposa, sigue luchando contra todas las adversidades, y contra el mundo, para mantener a su familia, que consta de dos personas: su hijo y él; un niño todavía muy pequeño que no comprende bien por lo que están pasando, y todo lo que tiene que hacer su padre para verlo feliz. Chris Gardner es un hombre que se dedica a vender escáneres de densidad ósea a hospitales y particulares, pero esta tarea entraña una gran dificultad ya que no son lo mejor que hay en el mercado, por lo tanto para los hospitales es un gasto innecesario. Después de buscar trabajo, Chris consigue hacer un difícilísimo curso de seis meses para corredor de bolsa en una prestigiosa empresa, compitiendo contra gente que dispone de muchas más horas que él para hacer el mismo trabajo pero que al final termina siendo un hombre multi millonario. Esta apasionante historia nos acerca los rasgos emocionales más relevantes de un padre que encuentra en su motivación y autoestima personal reforzado por el amor hacia su hijo, las fortalezas frente a las debilidades. El apostar por reforzar lo que se puede controlar desde los aspectos y factores psicosociales. Salir adelante frente las adversidades. (Propuesta para para Programa Modular En competencias UNED por Adela Reina Estévez)

PELICULA PROPUESTA: EL BOLA. Director: Achero Mañas. Año: 2000 El Bola es un chaval de 12 años que vive esclavizado por su cruel padre, le gustaría quitárselo de encima, pero no se atreve. Su situación familiar, que oculta avergonzado, le incapacita para

relacionarse y comunicarse con otros chicos. La llegada de un nuevo compañero al colegio, con quien descubre la amistad, y la posibilidad que ello le brinda de conocer una realidad familiar distinta por completo, le darán fuerzas para aceptar y finalmente ser capaz de enfrentarse a la suya.(PROPUESTA POR CONCEPCION JIMENEZ ENDRINA)

PELICULA RECOMENDADA: Flashdance Director:Adrian Lyne (1983) Se trata de una adolescente abandonada por sus padres, sueña con llegar a ser una exitosa bailarina. Para poder vivir trabaja en una fábrica de soldadura por el día y por la noche de bailarina en un club.(propuesta por SONIA GARCÍA CASADO)

pelicula recomendada "el imperio del sol" Director: Steven Spielberg, fue estrenada en 1987. La película está basada en la historia de un niño de una rica familia británica, que se encuentra en China, y estalla la segunda guerra mundial y sus padres lo pierden en medio del caos, el chico después de muchas peripecias logra sobrevivir, además de ayudar a mucha gente a su alrededor, es la historia de un luchador nato. (propuesta por ISABEL SERRANO GARCIA)

Erin Brockovich

de Steven Soderbergh, con Julia Roberts.

Erin Brockovich es una madre joven de tres hijos pequeños, divorciada. Consigue un puesto de trabajo en un modesto despacho de abogados.

Su estilo de vestir y su personalidad hará que sus comienzos no sean demasiado esperanzadores. Todo dará un vuelco cuando se decide a investigar el extraño caso de unos clientes que padecen una rara y sospechosa enfermedad. Sus investigaciones le llevan a descubrir el motivo: los vertidos de una sal de cromo que está realizando la compañía Pacific Gas & Electric (PG&E), que además está urdiendo una trama para encubrirlo.

Los habitantes del lugar temen, al principio, involucrarse en el asunto. Pero la manera de ser de Erin, su habilidad para hablarles claramente, su sinceridad, hace que la gente confía en ella y que se rompan las resistencias.

Erin debe realizar un esfuerzo personal y familiar muy intenso para conseguir lo que quiere y ser aceptada en su trabajo, para así no depender de nadie.

Hay varios rasgos que se pueden subrayar en esta película: el optimismo, la autoestima, las habilidades de relación... Pero quizá sea la automotivación el más destacado. Es ella misma la que encuentra motivos para impulsarse hacia sus metas y superar sus problemas, que son muchos tanto en lo profesional como en lo personal y familiar. Al final conseguirá sus objetivos porque encuentra motivos para ello, superando todas las dificultades.

(Propuesto por MARÍA LUISA MARIÑO RODRÍGUEZ)

Película: Gattaca

(1997)

En un ambiente futurista en el que es habitual manipular genéticamente los embriones antes de nacer, nace biológicamente Vincent (Ethan Hawke), disponiendo de todos los defectos humanos que han sido modificados en los otros. Su sueño es ser astronauta, pero nadie daría trabajo a alguien con una dolencia cardíaca como la suya, pudiendo escoger entre los sí manipulados. Vincent decide asignarse otra identidad para poder pasar como alguien concebido in vitro y, además, de genes excelentes. La meta de Vincent resulta clara y casi imposible desde el principio, pero el personaje no duda un sólo segundo de lo que quiere ser.

(Propuesto por Alexis Montiel Redondo)

Trabajo en equipo

La competencia social y el trabajo en equipo (ser hábil en situaciones sociales, saber cooperar y trabajar en equipo, etc.)

The Great debaters

Director: Denzel Washington

Esta película es de la vida real, se desarrolla en 1935 y trata sobre la vida de un profesor universitario, Mr. Tolson, quien enseña a un grupo de sus alumnos, técnicas que los convierte en los mejores

argumentistas de su tiempo. Tanto el profesor como los jóvenes son de raza negra y en esa época en los Estados Unidos hay un racismo que limita las oportunidades culturales a las gentes de color. EL profesor es un líder y logra un excelente trabajo en equipo.

El final de la película es una cátedra sobre la Ley moral natural y las leyes injustas que los hombres algunas veces imponemos. Esta película también la recomiendo para la clase de Ética y para debates en Teoría del Conocimiento. Puede verse completa o los siguientes capítulos: Del capítulo 2 al 8. Del capítulo 12 hasta cuando los dos juntos en la barca. Del capítulo 15 al final.

Luego de ver la película recomiendo un trabajo en grupo en el cual los alumnos discuten sobre: 1.- Los objetivos de Mr. Tolson 2.- Las virtudes que se aprecian en él. 3.- Las cualidades de los personajes que integran el equipo de debate.

Recomienda: Magdalena Duarte de Fernández

Coach Carter

(2004). Dirección: Thomas Carter. Coach Carter, es una película basada en una historia real, un inspirado retrato del polémico entrenador de baloncesto Ken Carter (Samuel L. Jackson) que se hace cargo de un equipo de un instituto de Richmond, Virginia, que la temporada anterior no ha ganado ninguno de sus partidos. Carter piensa que el lugar que ocupa en la vida se lo debe a sus estudios y no al baloncesto. Y quiere que los chicos de su equipo antepongan la educación al ocio, quiere que sus sueños de futuro no se circunscriban al aro del tablero de baloncesto sino que contemplen una serie ilimitada de opciones y posibilidades.

Se constituye en un exultante drama humano sobre el coraje, los principios y la capacidad para superar obstáculos. Lo que está en juego es nada menos que mostrar a los jóvenes un futuro que vaya más allá de las pandillas, las drogas, la cárcel e incluso más allá del baloncesto.

El contenido que nos quiere comunicar puede servir para reflexionar sobre una serie de valores positivos y necesarios como la importancia del esfuerzo y del trabajo en equipo. Es por ello, por tanto, que el coraje y la capacidad de superación están muy presentes en esta película, que aparece cargada de principios muy válidos para la vida actual.

(Propuesta por LAURA PÉREZ PAZOS)

Titanes

Es una interesantísima película de 115 minutos, dirigida por el estadounidense Boaz Yarin basada en hechos reales. En 1971, el fútbol era lo más importante para los habitantes de una ciudad, pero cuando el proceso de integración racial obligó al consejo escolar local a crear una sola escuela para blancos y negros, la esencia de la tradición del fútbol se vio sometida a una prueba de fuego. La llegada de un nuevo entrenador fue decisiva, allí conoció al segundo entrenador. Ambos no tardan en darse cuenta que tienen mucho más en común que su pasión por el fútbol. Aprenden a trabajar juntos. Ambos son hombres íntegros con sentido del honor y con un código ético fuertemente arraigado. Aunque sus orígenes son muy distintos, los dos entrenadores no solo dejan a un lado el recelo y el resentimiento, sino que se dan cuenta que para ganar antes tenían que unirse en un verdadero trabajo en equipo, peleando por un objetivo común. Su objetivo era aunar fuerzas para ganar, juntos consiguen transformar un puñado de jóvenes en verdaderos campeones y llevar a su equipo a lo más alto del fútbol americano, consiguiendo además, que una ciudad antes marcada por los prejuicios y la intolerancia se convierta en una piña. (Propuesta por PURIFICACION SÁNCHEZ SIERRA)

Evasión o Victoria

(1981)

Director: John Huston

Sinopsis: Segunda Guerra Mundial, año 1943. Un oficial alemán visita el campo de concentración de Gensdorff. Un grupo de prisioneros se encuentra jugando al fútbol, y al oficial, que fue jugador antes de la guerra, se le ocurre organizar un encuentro entre una selección alemana y los prisioneros. Los aliados en un principio se niegan, pero comprenden que puede ser una ocasión única para evadirse... por lo que terminan por aceptar el reto.

Justificación: Esta película trata del trabajo en equipo, de la constancia en el grupo, en la que la opinión del grupo prevalece sobre la individual. Una película que enseña cómo trabajar en equipo.

(Propuesta por Erika Pérez Sor

El golpe

Director: George Roy Hill.(1973).

Transcurre en Chicago, años treinta. Redford y Newman son dos timadores que deciden vengar la muerte de un viejo y querido colega del gremio a manos del más poderoso gángster de la ciudad (Robert Shaw). Después del revuelo del asesinato, Johnny Hooker (Redford) decide cambiar de ciudad. Allí, junto con una leyenda entre los estafadores, Henry Gondorff (Newman), y otros muchos estafadores preparan el golpe que vengará al compañero muerto. Y todo comienza con una peculiar partida de cartas.

Destaco esta película por la importancia del trabajo en equipo, donde los protagonistas urdirán un ingenioso y complicado plan con la ayuda de todos sus amigos y conocidos, donde cada uno de los participantes es importante y esencial para lograr el objetivo deseado.

(Propuesta por MARÍA BERTÓ MAÑÓ)

Doce hombres sin piedad

DIRECTOR :SYDNEY LUMET

Es una película muy conocida sobre el proceso que sigue un jurado encargado de emitir un veredicto de culpabilidad o inocencia sobre un chico condenado a muerte, existe una versión española de la obra de teatro en la que está basada , con el gran José Bódalo como uno de los protagonistas que todavía recuerdo en televisión . La película casi transcurre en tiempo real y escenifica una serie de tipos humanos bastante característicos y su forma de interaccionar unos con otros , pues el objetivo ,como el de cualquier trabajo en equipo es llegar aun acuerdo .En el proceso se manifiestan la importancia de las diferentes personalidades a la hora de

argumentar las opiniones y defenderlas , y la enorme importancia y respeto que merecen las opiniones minoritarias.

Propuesta por M^a Antonia Agudo Gandarillas

EL SEÑOR DE LAS MOSCAS

Del director Harry Hook

Un grupo de chicos de una escuela militar estadounidense llega a una isla desierta tras caer al mar el avión que los llevaba. Al darse cuenta de las pocas posibilidades que hay de ser rescatados, deciden unirse para sobrevivir, estableciendo unas normas mínimas de convivencia y un reparto de tareas. Pero pronto uno de ellos decide separarse del grupo, arrastrando consigo a otros. Lo que en principio parece una ruptura sin mayores consecuencias, acabará por convertirse en una guerra entre dos bandos, el escindido –que acabará siendo mayoritario, y en el que se vive bajo el dominio dictatorial del cabecilla–, y los que desean mantener la estructura inicial, que acabarán siendo reducidos en número hasta quedar dos (Ralph y Piggy). Pero antes ocurre un sórdido acontecimiento: uno de los niños es asesinado con lanzas en medio de una frenética danza cuando se acerca corriendo con un neón en la mano a una celebración del grupo en torno a una hoguera para dar la noticia del descubrimiento del Capitán Vicent. La negativa a asumir la responsabilidad de este acto arrastrará al grupo a una espiral creciente de violencia y sinrazón. Piggy, que de algún modo encarna la voz de la razón, acabará siendo también asesinado, y después de ello, se inicia la persecución de Ralph, que encarna al sentido común, para lo cual prenden fuego a la isla. La llegada de fuerzas militares pone fin a la dantesca situación. Con esta película se puede estudiar el tema del trabajo en equipo y las relaciones de liderazgo, así como las conductas asertivas, sobre todo viendo las consecuencias cuando se dejan arrastrar por la agresividad y la sinrazón.

(Propuesta por José Gázquez López, mayo 2010)

HOOSIERS: MÁS QUE ÍDOLOS

Director: David Anspaugh Guionista: Angelo Pizzo Año: 1986
 Género: Drama Actor / Actriz: Gene Hackman, Barbara Hershey, Dennis Hopper, Sheb Wooley, Fern Persons, Chelcie Ross, Robert Swan, Michael O'Guinne.

Es una película que busca resaltar el atemporal valor del trabajo en equipo por sobre el lucimiento individual de cada una de las partes. Historia de superación personal donde se deben vencer obstáculos complejos (la no aceptación de los demás, el alcoholismo, las diferencias de opiniones que genera la desunión, la falta de confianza, el desánimo, el poderío deportivo del rival a vencer, y hasta el propio carácter que muchas veces juega en contra.

La historia nos cuenta cómo un entrenador de baloncesto llega a un pequeño pueblo para dirigir al equipo universitario de esa localidad. Allí encontrará fuertes resistencias de la gente del pueblo, quienes le harán la vida imposible para que se vaya. De esta manera comienza un relato que nos muestra principalmente los entretelones del baloncesto tales como las presiones de un entrenador que recibe amenazas por los malos resultados, el entrenamiento no sólo físico sino mental de los deportistas, el pensar siempre en función del equipo donde nadie se debe destacar por encima del otro, el hambre de gloria y de demostrar a los demás que se puede llegar a la cima a pesar de las adversidades, y un pasado del cual avergonzarse entre otras cosas.

Por tanto es una cinta noble en sus intenciones, la cual ostenta entre sus mayores virtudes la emotividad que posee en sus situaciones narradas, donde un grupo de muchachos deberá lograr el éxito - gracias a la pasión- venciendo a rivales mejores preparados y con mayores recursos (la típica historia de David y Goliat, pero en el plano deportivo). Mostrando cuántos valores hay en juego detrás de la obtención de un logro deportivo.

(Propuesta por OLGA GONZÁLEZ FERRERA)

BUSCANDO A NEMO

Directores: Protagonistas: Willem Dafoe, Albert Brooks Productor: Graham Walters Género: Aventura, Animación, Guionistas: Andrew Stanton Fecha de estreno: 28 de Noviembre de 2003 Distribuidor: Buena Vista Pictures

Además de una bella historia, al ser dibujos animados de gran calidad, permiten acceder a todos los públicos, y entender como con la ayuda de otros se puede acceder a un fin, es el caso de los peces de la pecera del dentista que con sus ideas y trabajo, logran regresar al pequeño pez payaso al mar.

(Propuesta por ISABEL SERRANO GARCIA)

Ocean's Eleven

Director: Steven Soderbergh. (Rasgo: Trabajo en equipo) Danny Ocean (George Clooney) es un hombre de acción. En menos de 24 horas fuera de una penitenciaría de Nueva Jersey en libertad condicional, el sardónico y carismático ladrón ya está urdiendo su próximo plan. Siguiendo tres reglas -no herir a nadie, no robar a nadie que no se lo merezca y jugar como si no tuviera nada que perder- Danny organiza el golpe más sofisticado y elaborado de toda la historia a un casino. En una noche, los once especialistas a los que Danny eligió cuidadosamente -entre los que se cuentan un astuto as de las cartas (Brad Pitt), un magistral carterista (Matt Damon) y un genio demoledor (Don Cheadle)- intentarán robar unos 150 millones de dólares de los tres casinos de Las Vegas de los que es dueño Terry Benedict (Andy Garcia), un elegante y despiadado empresario que acaba de empezar a salir con Tess (Julia Roberts), la exmujer de Danny.

(Propuesta por Tania Arroyo González)

Estrés

El manejo del estrés (soportar bien situaciones estresantes, sin ponerse nervioso, controlando la situación)

American Beauty

[Escena de la cena en la que discute el matrimonio frente a su hija.](#)
(Versión original, inglés).

Celda 211

Director: Daniel Monzón. (2009)

Celda 211 es una visceral y atrapante historia carcelaria. Juan, funcionario de prisiones, se presenta en su nuevo destino un día antes de su incorporación oficial. Allí, sufre un accidente minutos antes de que se desencadene un motín en el sector de los FIES, los presos más temidos y peligrosos. Sus compañeros no pueden más que velar por sus propias vidas y abandonan a su suerte el cuerpo desmayado de Juan en la celda 211. Al despertar, Juan comprende la situación y se hace pasar por un preso más ante los amotinados. A partir de ese momento, el protagonista tendrá que hacerse pasar por uno de ellos usando su inteligencia “emocional” para sobrevivir. El personaje, interpretado por el actor Albert Amman, tiene la capacidad de adaptarse a la nueva situación y manejarse en una realidad sumamente estresante, sin venirse abajo, donde uno puede dar lo mejor o lo peor de sí, convirtiendo los “malos” en los “buenos”, logrando que el público en la sala, en la sociedad libre, consiga ver el ser humano que hay en todo recluso. En esta película, también se pueden trabajar otras dimensiones como el autocontrol para manejar las emociones, la adaptabilidad, la habilidad de relación con el resto de presidiarios, que con maestría interpreta el actor en este thriller.

www.celda211.com

(Propuesta por MARÍA BERTÓ MAÑÓ)

El diablo viste de Prada

Director: David Frankel

Dimensión de la inteligencia emocional rasgo MANEJO DEL ESTRÉS

La película trata de una joven que comienza a trabajar como secretaria de la directora de una importante revista de moda neoyorkina. La directora, increíblemente exigente con sus empleados, hará el trabajo imposible a la protagonista, la cual no dispondrá de tiempo para dedicarlo a su vida personal. Hasta llegar a afianzar su carrera laboral, la chica conseguirá con éxito, superar el elevado estrés al que se verá sometida debido a las demandas exacerbadas de su jefa.

(Propuesto por María José Parra Ramírez)

Empatía

La empatía (ponerse en la piel de otra persona, captar y comprender lo que siente, ser sensible a lo que sienten los demás)

"Diarios de Motocicleta"

Es una película que narra parte de la vida del argentino Ernesto Guevara Lynch de la Serna(más conocido como el "Che")durante su viaje en motocicleta por Sudamérica.

Argumento: Antes de terminar el "Che" sus estudios de medicina marcha al viaje con su amigo Alberto Granado en una antigua motocicleta, durante su viaje entran en contacto con la pobreza y el sufrimiento.

Este viaje hará cambiar la perspectiva del "Che" y acabará convirtiéndose en el Revolucionario que fue después.

Y dijo algunas frases como esta: "Yo ya no soy yo, por lo menos no soy el mismo yo interior". La cual indica el cambio de Ernesto.

Para más información visita:
<http://www.zinema.com/pelicula/2004/diariosd.htm>

Corazón Salvaje

Director: David Lynch. Los personajes se apoyan, se entienden y comprenden las emociones del otro. Es una pareja enamorada en una situación límite, donde teniendo en contra todo el entorno, consiguen terminar juntos por su alta capacidad de comprensión y empatía. (Propuesto por SONIA M^a SANTOVEÑA CASAL)

Blade Runner

La empatía como dimensión de la Inteligencia Emocional se basa muchas veces en saber interpretar las señales que los demás emiten de forma inconsciente y que a menudo son no verbales. Exige, por tanto, según Lynn, la habilidad de conocer la perspectiva de los demás y ser capaz de ver las cosas bajo el prisma del sistema de valores y creencias de otra persona. Es la habilidad de absorber en su totalidad el punto de vista del otro y a la vez, ser capaz de permanecer absolutamente separado.

En la película *Blade Runner* de Ridley Scott (Estados Unidos, 1982), basada en la novela *¿Sueñan los androides con ovejas eléctricas?* de Philip K. Dick, la Tierra es un lugar inhabitable tras la Guerra Mundial Terminal y los seres humanos se han visto obligados a colonizar otros planetas. Quedarse en ella significaba exponerse a la lluvia radiactiva y a ser clasificado como biológicamente inaceptable, como “especial” e inadecuado para reproducirse. Se han inventado los robots humanoides o androides orgánicos, asignándose uno para cada emigrante según las leyes de la ONU. Esos androides han ido perfeccionándose, ayudando a la colonización como esclavos. Finalmente se llegan a producir unos especiales, los Nexus-6, muy similares al ser humano, usados como mano de obra con fecha de caducidad y sin permitírseles la reproducción. Un grupo de ellos se rebela, siendo perseguidos por las Unidades de *Blade Runners*, policías especiales entrenado en el reconocimiento de los androides (en su jerga, andrillos) y su ejecución, disfrazada bajo el eufemismo de “retirada”. Para ello cuentan con un test especial, el test de Voigt-Kampff, que mide el nivel de empatía; se sabía hasta ese momento que los humanoides, por muy perfeccionados que estuvieran, no poseían esa característica humana, siendo su respuesta diferente a la que daría un ser humano normal sin enfermedad psiquiátrica alguna que implicara un “achatamiento del afecto” como describen en la película, explicando que dicho achatamiento se da en esquizofrénicos y esquizoides. A lo largo de la película se ven otros ejemplos de empatía y constantes alusiones a ella, con diálogos como éste, entre Garland y Deckard:

-Los androides no parecen capaces de ampararse unos a otros en momentos difíciles.

-Tiene usted razón. Aparentemente carecemos de un don específico de los humanos. Creo que se llama empatía

(PROPUESTO POR MANUELA LÓPEZ CÁNOVAS)

Senderos de Gloria

(1957) Stanley Kubrick

En Francia, durante la primera guerra mundial, se ordena la toma de una inexpugnable posición alemana, la toma de la colina es un

infierno y el coronel Dax ordena la retirada, a pesar de tener ordenes en contra. A consecuencia de esta derrota se ordena un consejo de guerra por cobardía eligiendo a soldados de la unidad del Coronel Dax por sorteo.

La actitud empática del coronel Dax hacia sus soldados, a los que se niega a enviar a una muerte segura e inútil en una batalla sin sentido queda realzada por el contraste producido con la actitud del general al mando al que no le importan el número de bajas ni heridos con tal de poder apuntarse una victoria meritoria para poder optar a una medalla.

Propuesto por JOSE MANUEL BILBAO ARRIANDIAGA

WALL•E

Director: Andrew Stanton

En este poema visual se cuenta la historia de Wall-e, una unidad de limpieza robotizada que vive solo en un planeta Tierra abandonado. Su misión es recoger y ordenar basuras, aunque después de varios siglos en contacto con los restos y desperdicios de la civilización humana, se ha humanizado. Wall-e es un ser terriblemente solo en el mundo, que a pesar de estar sumido en las rutinarias tareas clasificatorias propias de un robot, ha desarrollado competencias emocionales. La vida de Wall-e da un giro cuando llega Eva, un robot frío y eficiente cuya misión es rastrear y registrar la presencia de vida en el planeta. Después de siglos de soledad, Wall-e siente por primera vez un cosquilleo en sus circuitos. Una vez cumplida su misión, Eva entra en una especie de estado de hibernación, a la espera de la nave que la recogerá. Cuando la nave llega, Wall-e abandona el planeta Tierra siguiendo a Eva.

Hay una escena de la película en la que Eva descubre en su memoria visual lo que Wall-e ha estado haciendo por ella, cuidándola y protegiéndola, durante el tiempo que ha estado hibernado. Es entonces cuando Eva también empieza a sentir algo por Wall-e, en el instante en que ella comprende qué siente Wall-e por ella. De igual forma, si Wall-e la cuidó fue porque él había desarrollado la capacidad de experimentar empatía.

Propuesto por: Raúl González García

LA MILLA VERDE

Director: Frank Darabont Guionista: Stephen King, Frank Darabont
 Año: 1999 Género: Fantástica / Drama Actor / Actriz: Tom Hanks,
 David Morse, Bonnie Hunt, Michael Clark Duncan, James Cromwell.

En el sur de los Estados Unidos, en plena Depresión, Paul Edgecomb es un vigilante penitenciario a cargo de la Milla Verde, un pasillo que separa las celdas de los reclusos condenados a la silla eléctrica. Esperando su ejecución está John Coffey, un gigantesco negro acusado de asesinar brutalmente a dos hermanas de nueve años. Tras una personalidad ingenua, Coffey esconde un don sobrenatural prodigioso. A medida que transcurre la historia, Paul Edgecomb aprende que los milagros ocurren... incluso en los lugares más insospechados.

Con formato de cuento infantil, el autor se las arregla para dar su opinión sobre uno de los peores aspectos de la sociedad norteamericana: la pervivencia de la pena de muerte. Pero no de forma explícita Nadie lanza discursos sobre el tema y ningún personaje reflexiona, aunque sea de pasada, sobre la bondad o maldad del mismo o su legitimidad en nuestros tiempos.

Es la propia historia y los vericuetos de la misma los que hacen entender, casi de una forma más intuitiva que racional, lo horrible de semejante práctica. Stephen King nos hace desear poniéndonos en el lugar de los personajes, que alguien no sea ejecutado, lo cual es mucho más potente, e incluso efectivo, que hablar sobre lo improcedente que resulta ejecutar a un ser humano.

La actuación de Tom Hanks como Paul Edgecomb, a su vez, nos ofrece un personaje lleno de candidez, mesura, empatía e impotencia. La película es un alarde de imaginación y de ilusión. Es de esas películas que uno le retrotraen a su niñez por su capacidad de fascinación.

(Propuesta por OLGA GONZÁLEZ FERRERA)

"MILLION DOLLAR BABY"

Director: Clint Eastwood

La protagonista de esta historia es una joven que lucha por llegar a convertirse en la campeona mundial en boxeo femenino. Su esfuerzo se verá recompensado con la ayuda de su entrenador. Finalmente, la chica llegará a ser una de las boxeadoras más aclamadas, pero en la competición en la que lucha para ser la campeona mundial, su rival en el ring, le asestará un fuerte golpe que dejará K.O. y tetrapléjica a la protagonista. Su entrenador, al verla en tal situación de sufrimiento, empatiza tanto con su dolor (puesto que ella ya nunca volvería a ser la persona luchadora y libre que había sido), que toma la difícil decisión de ayudarla a morir.

(Propuesto por María José Parra Ramírez)

Yo soy Sam

Director: Jessie Nelson (2001) Un conmovedor drama sentimental en el que Sam, un deficiente mental que deberá luchar en los tribunales para conservar la custodia de su pequeña hija, ya que el Estado considera que no está capacitado para hacerse cargo de su educación. Una prestigiosa abogada interpretada por Michelle Pfeiffer será la encargada de su defensa, cuyo desinterés y frialdad inicial cambiarán tras descubrir el amor que siente Sam por su hija.

(propuesta por SONIA GARCÍA CASADO)

La vida secreta de las palabras

, 2005. Directora: Isabel Coixet En una plataforma petrolífera en medio del océano ha ocurrido un accidente. Uno de los trabajadores murió abrasado por el fuego, y su compañero de fatigas, Josef, aparte de otras heridas, ha quedado temporalmente ciego. Hannah, enfermera, se desplaza en helicóptero para prestar auxilio al accidentado. Se diría que el tiempo se ha detenido en ese lugar en medio de ninguna parte, y esa paz sirve a Josef y Hannah para crear en sus almas un muy necesario clima de sosiego, pues ambos arrastran un pasado que les pesa, y mucho. La empatía, aparece aquí en mayúsculas para sentir como propios los dilemas del otro,

lo que les ayuda a romper todos los muros de silencio y de cinismo- que hay entre los personajes.

(Propuesta por GEMA SÁNCHEZ DELGADO)

La vida de David Gale

de Alan Parker, con Kevin Spacey, Kate Winslet y Laura Linney.

Creo que la película contiene varios de los rasgos de la inteligencia emocional, pero el que más me interesa resaltar es el de la empatía.

Es frecuente que la falta de empatía en las personas les lleve a creerse en el deber de juzgar sucesos que a priori parecen obvios, sin darse cuenta de que un momento dedicado a ponerse en la piel de otro podría cambiar la percepción de la realidad, o el concepto de la verdad.

La película induce al espectador, desde el primer momento, a juzgar y a equivocarse en sus conclusiones varias veces. A los personajes les va sucediendo lo mismo.

El personaje de la ambiciosa periodista Bitsey Bloom (Kate Winslet) consigue ponerse en el lugar de David Gale (Kevin Space), dándole la oportunidad de explicar cómo son en realidad los hechos. Entre ambos se produce una empatía que en realidad es artificial. La sintonía completa sucede entre el protagonista David Gale y su amiga Constance Harrawey (Laura Linney), Se produce entre ambos una empatía que no vemos en el resto de personajes, hasta el punto de compartir la muerte por la misma causa.

La película se puede ver como una oportunidad para reflexionar sobre la inflexibilidad y la verdad absoluta en nuestra vida, que puede llevarnos a valoraciones erróneas, sin tener en cuenta las circunstancias, opiniones o criterios de los demás.

Quizá es una película demasiado artificiosa, pero ayuda a la reflexión.

(Propuesto por MARÍA LUISA MARIÑO RODRÍGUEZ)

Bienestar subjetivo

El bienestar subjetivo (sentimiento de felicidad, de satisfacción con la vida)

Mi vida sin mí

(My life without me)

DIRECTORA: Isabel Coixet

Isabel Coixet nos muestra un ejemplo de actitud ante la adversidad. La protagonista, una joven de 23 años, casada y con dos hijas, recibe la noticia de que sólo le quedan dos meses de vida. Desde ese momento decide ser la dueña de su vida, decide lo que quiere hacer en el tiempo que le queda de vida y cómo lo vivirá. Para ello, no informa a nadie de la mala noticia, sino que prefiere afrontarlo ella sola, sin influencias. Es un ejemplo de fortaleza y de regulación emocional, una de las dimensiones más generales que conlleva un elevado control emocional.

(Propuesta por M^a Natividad Jiménez Serradilla)

Odette, una comedia sobre la felicidad

DIRECTOR: Eric Emmanuel Schmitt

Rasgo: SATISFACCIÓN VITAL O FELICIDAD

La película se basa en la vida de Odette, una persona que es feliz con poco. Dependiente de unos grandes almacenes, viuda y con dos hijos mayores, lleva una vida sin lujos. Su mayor sueño sería conocer a su autor favorito de las novelas románticas que lee (el escritor Balthasar Balsan), al que cree que le debe su felicidad a través de dichas novelas. Balthasar Balsan, escritor parisino, es autor de novelas de éxito, rico y seductor. Lo tiene todo para ser feliz, sin embargo, no lo es. El destino le preparará a Odette un encuentro cómico e inesperado con el escrito, encuentro que cambiará la vida de éste.

He escogido esta película, ya que en ella se refleja fielmente la felicidad como un rasgo personal en el carácter de Odette.

(Propuesto por María Dolores Parra Ramírez)

Optimismo

El optimismo (ver lo positivo de la vida y de las cosas, confiar en que las cosas irán bien y se arreglarán)

Forrest Gump

DIRECTOR Robert Zemeckis

REPARTO , Robin Wright Penn, Gary Sinise, Mykelti Williamson, Sally Field, Rebecca Williams, Tom Hanks, Harold G. Herthum, Haley Joel Osment, George Kelly, Bob Penny, John Randall, Sam Anderson, Margo Moorer, Ione M. Telech, Christine Seabrook

Como se sabe, Forrest Gump es un personaje con dificultades y aún así consigue recorrer el mundo y dejar huella donde pasa. Esta película muestra el optimismo del personaje y el afán de superación. Una película totalmente recomendable. Más información: Forrest Gump es un simple y tierno personaje cuyo demoledor sentido común, y la aplicación de los más sencillos valores y conceptos vitales, le permiten vivir insospechadas y divertidas peripecias. Mientras, la narración de todos los acontecimientos que disfruta -cual bombones de una caja- nos muestra un recorrido por la historia reciente de los Estados Unidos. Una original comedia llena de encanto y de excelente factura que obtuvo un gran éxito de crítica y público. Desde luego una película que muestra el optimismo y la capacidad de este personaje de volverte con su fuerza y lucha hasta conseguir los objetivos.

Propuesta por Nerea Olza.

Path Adams

de Tom Shadyac Es una película basada en hechos reales. En ella se ven elementos fundamentales: claridad de una visión de futuro y de una misión personal de vida. La pasión y el compromiso, el camino del descubrimiento desde adentro, la resistencia de los que lo rodean y, a pesar de eso, la capacidad de inspirar y movilizar a otros para su causa. La película versa sobre el doctor estadounidense Patch Adams en la cual se muestra las terapias que se utilizó con los pacientes de cáncer a través de la risa y los afectos.

Propuesto por PALOMA SIMÓN RODRÍGUEZ

Binta y la gran idea

Corto de 25 minutos de Javier Fesser, nominado a los Oscar 07. Fue editado como parte de "En el mundo a cada rato", trabajo que reunía a 5 realizadores españoles hablando de los problemas de la infancia. El de Binta es el último, y representa el optimismo ante la tragedia. Y la gran idea es maravillosa

Kirikú y la bruja

Aunque se trata de una película infantil, es totalment recomendable. Puro arte africano, un personaje mítico: un niño muy pequeño estilo pulgarcito, que se enfrenta a los prejuicios y tabúes de su poblado. Respuestas asertivas, optimismo, y una metáfora del pensamiento único. Un final aleccionador en el que el mal y el bien se dan la mano.

Nacional 7

es una película francesa dirigida por Jean-Pierre Sinapi, de 90 min de duración, obtuvo el premio del público en los festivales de Berlín y San Sebastián, nos cuenta la historia dramática y sentimental de René que padece una enfermedad muscular, por la cual está ingresado en una residencia de discapacitados. Julie es una enfermera principiante a la que se le encarga de su cuidado, trabajo nada fácil teniendo en cuenta el carácter de René, extremadamente arrogante que trata con el mayor de los desprecios a aquellos que le sirven y de los cuales señala descaradamente sus defectos, que lo hace inaguantable. Julie logra averiguar los motivos de su irritabilidad y le ayuda a resolverlo, provocando en René un cambio positivo de actitud, que sorprende a todos los residentes. Es una película muy interesante, tierna y crítica a la vez, en la que en todo momento emociona y es un revivir al optimismo. (Propuesta por PURIFICACION SÁNCHEZ SIERRA)

Diarios de motocicleta

Director: Walter Saller

Protagonistas: Alberto y Ernesto

Argumento: Dos amigos argentinos realizan un viaje por América del Sur, desde Buenos Aires a la Patagonia y Chile, continuando por la columna vertebral de los Andes hasta el Machupichu, el leprosario de San Pablo en el Amazonas, y como punto final, la península de Guahira en la punta norte del continente. El objetivo de esta experiencia es conocer en directo lo que solo conocen por los libros, con la sola ayuda de su espíritu soñador, su inquietud y el amor por la ruta, pero lo vivido a lo largo del camino, determinará inevitablemente su futuro.

Justificación: He elegido esta película, por la riqueza emocional de los dos protagonistas Ernesto y Alberto, que refleja en mayor o menor medida, las quince facetas socioemocionales de la Inteligencia Emocional rasgo. En la expresión de sus caras se adivina una satisfacción vital tanto al inicio del viaje como durante su desarrollo, en el, tienen la oportunidad de poner a prueba su optimismo, auto motivación y manejo del estrés que les permiten salir adelante a pesar de las dificultades. La capacidad de adaptación, las habilidades de relación y la competencia social y baja impulsividad sobre todo de Alberto les facilita en mas de una ocasión poder continuar. La adecuada autorregulación emocional y la regulación emocional interpersonal, junto con la percepción emocional propia y del otro, les ayuda a superar sus diferencias e interesarse, por los intereses de cuantos van encontrando por el camino,reciviendo su apoyo, aunque la gran empatía y asertividad de Ernesto lo pusiera difícil en algunos momentos. El manejo de todas estas competencias, que en distinto grado, los dos protagonistas albergan, crea una sinergia que se refleja en una idónea expresión emocional de los dos personajes a lo largo de toda la película, alcanzando su cima en el leprosario de San Pablo. Es un viaje con tal intensidad emocional,que como refleja Ernesto en sus notas, su yo, ya no es su yo, o al menos no el yo de antes.

En el nombre del padre

Director: Jim Sheridan

Argumento: Es una historia basada en hechos reales de los años 70, en la guerra abierta que mantiene el IRA con el Gobierno Británico. La película nos narra como un padre y un hijo de Belfast,

junto con otros irlandeses, son involucrados y acusados injustamente de cometer un atentado.

Justificación: Quiero destacar el personaje de Giuseppe, en él se reflejan a pesar de la adversidad – católico en Irlanda del Norte, enfermo, un hijo delincuente, un mal trabajo y mas tarde preso acusado de cometer un atentado en Londres- competencias socioemocionales como la felicidad cuando le dice a su hijo en la cárcel, que lleva cinco años sintiendo todos los días como coge la mano de su esposa y dan un paseo hasta lo alto de una colina desde donde se contempla la destrozada Belfast. Es una persona con baja impulsividad, buena autoestima y un manejo excelente del estrés que contribuyen a la autorregulación de sus emociones y por consiguiente a una idónea expresión emocional, asertividad y empatía, todas estas competencias les permiten una adaptabilidad increíble. Todos estos rasgos de Giuseppe contrastan con los de su hijo Jerry con alta impulsividad, baja autoestima, pesimista, nula asertividad y una inadecuada expresión emocional. Sin embargo la convivencia diaria con su padre en la cárcel, y la ayuda de una abogada, hacen que afloren en él competencias como la empatía y la automotivación que le dan fuerza para continuar la batalla legal emprendida por su padre hasta conseguir ser declarado inocente. Esta película nos muestra como la educación emocional, el manejo de nuestras emociones y conocer las emociones de los demás, nos puede ayudar a reorientar nuestra vida, a un en situaciones limite como la que narra la película, dónde las decisiones de otros nos conducen a un callejón sin aparentemente salida.

Una palabra tuya

Director: Ángeles González-Sinde

Argumento / justificación: Esta película brinda la oportunidad de reflexionar sobre los estados emocionales de las protagonistas, atrapadas por los dilemas éticos y la realidad de nuestro tiempo. El miedo al compromiso, a la soledad, la precariedad laboral y las herencias familiares pesan en ellas como una losa. Las dos protagonistas en el fondo, y cada una a su manera, pelean por conseguir el bienestar subjetivo o felicidad, pero sus realidades les provocan incluso miedo a no merecerla. También constatamos la importancia de las relaciones interpersonales al comprobar como Rosario, recupera su motivación y optimismo a través de la relación

que establece con Milagros y Morsa. La capacidad de expresión emocional de las dos actrices te sumerge en una corriente empática que te lleva a identificarte plenamente con sus circunstancias. Sus realidades de vida, coinciden con las de muchas otras personas, que al verlas reflejadas en la pantalla, pueden facilitar su autoconocimiento emocional y recuperar la autoestima y automotivación para una adecuada autorrealización emocional, que les permita mejorar su satisfacción vital.

(Aportación de JACINTO GINER VIRGOS)

Vive como quieras

DIRECTOR: "FRANK CAPRA

Alice es la única persona un poco cuerda en su familia llena de lunáticos. Alice se enamora de su jefe cuya familia es todo lo contrario: son ricos, refinados y cursis. La diferencia entre el estilo de vida y la mentalidad de ambas familias se agudiza cuando los padres de él van a cenar a casa de ella y la cena termina con la entrada de la policía en la casa y la detención de todos los presentes, acusados de anarquistas.

He elegido esta película porque además de ser una obra maestra, es un ejemplo de optimismo e hilaridad desbordantes.

(RECOMENDADA POR MICAELA ORTEGA GÓMEZ)

PELÍCULA RECOMENDADA: "COLLETTE , UNA COMEDIA SOBRE LA FELICIDAD" DIRECTOR:ERIC ENMANUEL SMITH

Esta película belga nos habla sobre una dependienta de grandes almacenes , viuda , con un hijo homosexual y una hija que podríamos proponerla como un estereotipo de persona sin ningún tipo de autoestima , que se llama Collette Toulemonde (el apellido es significativo) cuya vida podemos calificarla de feliz , porque ella lo es. Le encanta las novelas de un escritor cuya calidad la crítica ha definido como nula , pero que vende muchísimo ;su existencia en cambio le lleva al borde del suicidio , porque a él si le importa lo que los demás opinan . Su encuentro lleva a una definición de lo que resulta verdaderamente importante en nuestra vida. Sé que la

sinopsis puede hacer huir a algunas personas y considerarla aburrida , pero salvando las distancias está en la línea de la famosa "Emilie" , podríamos ponerla en el apartado de autoestima , adaptabilidad ,etc .Las preguntas que pueden plantear son :¿La felicidad está en nosotros o en la imagen que nos devuelven los demás? ¿La felicidad es adaptarse, aceptarse , aceptar a los demás tal como son , idealizarlos?¿La felicidad es vivir para uno mismo , en la propia burbuja o hacer felices a los que están a nuestro lado?. Es una película apta para todos los público , muy distinta a otra que recomendé en otro apartado

RECOMENDADA POR M^aANTONIA AGUDO GANDARILLAS

Amelie

Director: Jean-Pierre Jeunet. Año: 2001

Se trata de un film "concebido para dar felicidad a la gente". Amelie es una joven con una inusual y activa imaginación. Cuando cumple 22 años y deja su casa para instalarse en un apartamento en Montmartre que se costea trabajando como camarera del "Café des 2 Moulins". Allí se da a conocer una serie de personajes de lo más excéntricos con los que Amélie interactuará durante toda la película. En aquí donde Amélie tiene una sensación de completa armonía y decide volcarse hacia los demás para crearles felicidad en sus vidas.De esta forma, inventa toda clase de estrategias de lo más originales y conmovedoras para intervenir, sin que se den cuenta, en la existencia de varias personas de su entorno.(PROPUESTA POR CONCEPCION JIMENEZ ENDRINA)

Optimistas

Director: Philip Zepher, Goran Paskaljevic (2006) La película se desarrolla en nuestros días, en la Serbia posterior a Milosevic. Estos relatos, que rezuman humor negro, retratan una época en la que conviven la esperanza y la desesperación, el optimismo sincero y el falso optimismo; una época en la que realidad y ficción se dan la mano, y en la que muchos se meten de cabeza en las turbulentas aguas de las ilusiones perdidas.

La Vida es Bella

Director Roberto Benigni,es una pelicula italiana, en la que su protagonista un Judio italiano es llevado con su pequeño hijo a un

campò de concentraci3n NAZI, y el se inventa una historia que va desarrollando d3a a d3a para que su hijo no sufra tanto con la situaci3n brutal que viven, que todo se trata de un juego en el que s3lo ganar3 si no se deja ver por los "gruñones" guardias alemanes. Para ello, cada d3a inventa nuevos juegos en los cuales dice ganar puntos para conseguir el premio final "un tanque". Es sin duda un persona optimista que piensa que el mañana esta all3 y que 3l o su hijo esta3n en 3l. (Propuesta por ISABEL SERRANO GARCIA)

Bibliograf3a

P3rez-Gonz3les, Juan Carlos, ["Propuesta para la evaluaci3n de programas de evaluaci3n socioemocional"](#), *Education and Psychology*, 15, 2008, pp. 523-546.