



Guía del
Profesorado

BAJO
LA
MISMA
ESTRELLA



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

EL CINE COMO ELEMENTO DE PREVENCIÓN

Actuar de modo preventivo respecto al consumo de drogas es una tarea compleja, puesto que supone desarrollar acciones encaminadas a que haya información, actitudes, valores, decisiones y conductas que potencien un estilo de vida saludable y que supongan un manejo adecuado de los riesgos inherentes a la convivencia con las sustancias tóxicas existentes en nuestra sociedad.

A partir de esta idea, la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD) apuesta por un modelo de prevención abierto, global y flexible que utilice múltiples cauces para que la persona incorpore todo tipo de recursos que le permitan experimentar estilos de vida satisfactorios y sanos, que eviten establecer una relación problemática con las drogas. Existen en el entorno social diversos factores que influyen sobre el individuo poniendo en peligro su correcto desarrollo personal y social estimulando, de forma directa o indirecta, el consumo de drogas. Las y los más jóvenes son, probablemente, los más vulnerables a los denominados factores de riesgo.

Por este motivo, la FAD orientan sus esfuerzos en una línea de fortalecimiento de los distintos ámbitos del desarrollo personal (valores, actitudes, competencia social, expresión de sentimientos, autoestima, etc.), de forma que la persona consolide una estructura de protección que le permita guiarse en un contexto en el que existen riesgos, pero sin verse afectada por su influencia.

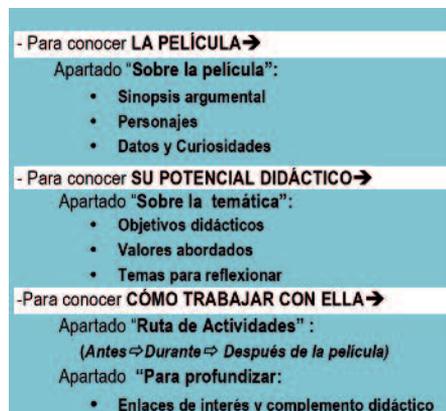
Entre los diversos cauces para la acción preventiva, el cine resulta una excelente herramienta para consolidar factores de protección, al presentar características idóneas:

- Tiene capacidad para generar un fuerte impacto emocional en las personas.
- Se asocia de forma inequívoca a momentos de diversión y espacios de ocio.
- Transmite modelos de valores y comportamientos con los que los niños y jóvenes se identifican de forma espontánea.
- Tiene un fuerte poder de convocatoria, al ser promocionado comercialmente y gozar de muy amplia aceptación social.

Sin embargo, el cine por sí solo no necesariamente ejerce un influjo preventivo sólido y estable.

La FAD estima que sólo la acción decidida y consciente de un mediador social (familia, profesorado u otras personas adultas significativas) puede guiar la experiencia de la juventud espectadora en un proceso de asunción de valores protectores, otorgando así al cine la condición de agente de prevención.

Las guías didácticas han sido elaboradas con la intención de aportar un apoyo pedagógico a los distintos agentes educativos. Contienen un abanico de informaciones y propuestas que preparan y complementan la contemplación de la película correspondiente, sugiriendo iniciativas creativas alrededor de los principales valores contenidos en ellas, a través de la siguiente **estructura y mapa conceptual**:



MAPA CONCEPTUAL- RUTA DE ACTIVIDADES





LA ASISTENCIA AL CINE PARA VER LA PELÍCULA

Cabría decir que **llevar a nuestro alumnado al cine es una actividad en sí misma**, alrededor de la cual cada docente ha de hacer una preparación especial. En ella pueden tenerse en cuenta los siguientes aspectos:

- La **actividad previa** a su visionado ha animado al alumnado a ver la película en la pantalla de un cine, y eso convierte la asistencia a la sala en una fuente de expectativas de muy diverso signo (ruptura de la rutina, emociones, diversión en grupo, etc.).
- **Ir al cine**, en este caso, es una actividad extraordinaria dentro del horario escolar, por lo que debe prepararse con mimo y dedicación. Acompañaremos en todo momento a nuestro alumnado durante la actividad y supervisaremos que acatan las pautas de comportamiento respecto al respeto tanto al resto de personas de la sala como al mobiliario, al silencio durante la proyección y no uso de alimentos, etc. En este sentido se trata de que expresen un compromiso de comportamiento que sea, en sí mismo, una muestra del sentido y valor que hay que otorgar a la actividad.

Bajo la misma estrella

SINOPSIS ARGUMENTAL

La adaptación de la novela 'The Fault In our stars' de John Green es una mezcla de humor y tragedia que trata de la vida, de sueños, de los que se cumplen y de los que no. De la frustración aceptada y de la que nunca se acepta. Del miedo a la muerte, de la ausencia de éste, del olvido. Del amor, en toda su extensión, dentro de las familias, en la amistad y entre las parejas.

A Hazel y a Gus les gustaría tener vidas normales de adolescentes. Ambos tienen cáncer pero intentan tomarse el duro camino por recorrer que les ha dado la vida de la mejor forma que conocen: con ingenio y energía positiva. Se podría decir que no han nacido con buena estrella, que su mundo es injusto, pero saben que no hay tiempo para lamentaciones, porque, les guste o no, solo existe el hoy y el ahora. Sus vidas cambian por completo al conocerse en un grupo de ayuda, momento a partir del cual iniciarán una aventura contrarreloj en la que hasta cruzaran el Atlántico para visitar en Ámsterdam al autor del libro favorito de Hazel: "Un dolor imperial".

Gus utilizará el libro para acercarse más a Hazel y no dudará en intentar esa odisea para dar respuesta a las muchas preguntas que tienen sobre el libro que tanto supone para ella y tanto les ha unido.

Pero las respuestas que buscan no provienen del escritor. Nacen de vivir la gran aventura que cuenta la película, de compartir en pareja lo que Hazel llama "un poco de infinitud", un "para siempre" dentro de sus contados días.

Bajo la misma estrella es una película observadora de la condición humana, de sus contradicciones y altibajos. Una "imprescindible", no solamente para disfrutar de una banda musical llena de calidad, de una historia conmovedora y bien contada, sino también para tener en cuenta que existen formas respetuosas de tratar el destino y que ellas tienen mucho que ver con compartir y con atreverse a contar las historias propias.



PERSONAJES

La actriz y actor protagonistas de “Bajo la misma estrella” nos regalan una interpretación llena de química y talento enriquecidos con la mezcla de veteranía y frescura del resto del reparto



HAZEL *Grace Lancaster* (*Shailene Woodley*)

A pesar de que un milagro médico ha conseguido reducir su tumor y darle unos años más de vida, enferma desde los 13, ahora, con 17 años trata de llevar una vida normal aunque debe cargar con un pequeño tanque de oxígeno para sus debilitados pulmones. Es inteligente y sarcástica y le gusta leer, ver telebasura y dormir. Su libro favorito es “Un dolor imperial”.

GUS (*Ansel Elgort*)

Augustus “Gus” fue una estrella de baloncesto en secundaria pero perdió su pierna izquierda por culpa de un cáncer que ahora está en remisión. Es el atractivo, optimista e ingenioso joven de 18 años que se enamora de Hazel y hará todo lo posible para que cumpla su sueño de conocer a su escritor favorito. Le

gustan las metáforas y filosofar y su mayor miedo es el olvido pues le gustaría que el mundo le recordase cuando ya no esté.



ISAAC (*Nat Wolff*)

El mejor amigo de Gus y después también de Hazel. Tiene cáncer en los ojos y llega un momento en el que se queda ciego por lo que su novia le abandona y esto le afectará incluso más que su ceguera y enfermedad.

Tiene gran sentido del humor y su papel refleja el verdadero significado de la amistad.





FRANNIE (Laura Dern)

La comprensiva y cómplice madre de Hazel vive pendiente de todo lo que puede necesitar su hija y es la que le convence para ir al grupo de apoyo donde conocerá a Gus e Isaac.

Representa la fuerza optimista y la tristeza que conlleva saber que tu hija se está muriendo. Aunque Hazel la considera su mejor amiga a veces la supera su superprotección. Se convertirá en trabajadora social para ayudar con su experiencia a otras familias que pasen por lo mismo.



MICHAEL (Sam Trammell)

El padre de Hazel también vive entregado y afectado por la enfermedad de su hija. Es muy sensible y tiene una complicidad especial con su hija. Hazel ama y soporta alternativamente a sus padres que, en ocasiones, llegan a adorarla con exceso.



VAN HOUTEN (Willem Dafoe)

Escritor estadounidense retirado en Amsterdam cuyo único libro, “Un dolor imperial”, tiene obsesionada a Hazel. Es enigmático, alcohólico y malhumorado y escribió el libro tras la pérdida de su hija de 8 años. Comparte vida con su asistente que será la que invite a Hazel y Gus a visitarles en Amsterdam e intente contrarrestar la desagradable actitud del escritor durante su encuentro.



DATOS Y CURIOSIDADES

¿Sabías que...

... el libro en el que se basa la película fue el más vendido en España en 2014.

... John Green, escritor de la novela en la que se basa la película, dijo que para el título se inspiró en la famosa frase de la obra Julio César de Shakespeare cuando Casio le dice a Bruto "La culpa, querido Bruto, no recae en nuestras estrellas, sino en nosotros, que estamos bajo ellas".

... Shailene Woodley escribió apasionadas cartas al autor John Green y al director Josh Boone para obtener el papel. Aunque Green inicialmente no veía a la actriz en el personaje, quedó impresionado cuando ella leyó para él.

... antes de hacer de novios en esta película, Shailene y Ansel hicieron de hermanos en "Divergente" por lo que ambos actores son amigos. Shailene insistió en que Ansel leyera no solo el guión sino la novela antes de la entrevista con los realizadores. "La leí para que ella no se enfadase" dijo el actor.

... Shailene Woodley tenía el pelo largo hasta la cintura, como no fue capaz de llevar peluca durante el rodaje, se cortó su pelo y lo donó a una ONG para niños con carencia de pelo.

... El autor de la novela, John Green, estuvo presente en casi todo el rodaje para aconsejar y resolver dudas sobre la historia.

... En su primera semana de estreno "Bajo la misma estrella" recaudó 48 millones de dólares y se convirtió en un éxito en taquilla con más de 280 millones de dólares recaudados finalmente.

... 'All of the stars', es el emotivo tema principal de la BSO de la película y está a cargo de Ed Sheeran que supo describir perfectamente la historia entre Hazel y Gus.

... El banco de Amsterdam donde los protagonistas se besan ha sido robado supuestamente por algún fan.

... Ansel Elgort además de actor es músico y ha sacado un disco llamado Unite! con la mejor música electrónica del momento.

... John Green se ha convertido en uno de los novelistas estadounidenses de literatura juvenil con más éxito. 'Buscando Alaska' o 'Ciudades de papel' son otras de sus obras más leídas por los adolescentes de todo el mundo.

... En 2015 obtuvo el premio MTV Movie Award a la mejor película y Shailene Woodley triunfó con tres MTV: a la mejor actuación femenina, a la artista más vanguardista y al mejor beso, junto a Ansel Elgort. La película tiene además múltiples premios Teen Choice y Young Hollywood Awards.

... John Green dedica su libro a Esther, joven con cáncer desde los 12 años con la que surgió una gran amistad en una convención de Harry Potter. Ella murió a los 16 años e inspiró la creación de Hazel Grace. Sus memorias se recogen en el libro "Una estrella que no se apaga" prologado por John Green

... los títulos que ha recibido la película para adaptarlo al lenguaje y coloquialismos locales han sido muy divertidos en algunos países: En Alemania: "A la mierda con el destino!", en Suecia: "Tarde o temprano voy a explotar" y en Escandinavia: "El destino es un espantoso traidor".



SOBRE LA TEMÁTICA

Objetivos didácticos

En el bloque “Ruta de Actividades” se concretan los objetivos específicos de la propuesta didáctica. Los siguientes serían los objetivos generales de la presente guía:

- *Disfrutar y seguir con interés la película.*
- *Avanzar en el conocimiento y análisis educativo del lenguaje audiovisual.*
- *Crear un ambiente favorable para poder abordar los diferentes temas propuestos a partir de las escenas de la película.*
- *Incrementar la capacidad de análisis y reflexión ante audiovisuales.*

Valores abordados

Aceptación, Superación, Resiliencia, Positivismo, Empatía, Amistad, Dignidad, Optimismo, Amor, Esperanza, Fortaleza, Lealtad, Esfuerzo, Coraje, Respeto, Cooperación, Comprensión, Compasión, Perseverancia, Solidaridad, Sensibilidad, Consciencia, Voluntad.

Temas para reflexionar

Mostramos a continuación una relación de los contenidos que, de diferente forma y profundidad, se abordan en la película:

- La aceptación, superación, fuerza y resiliencia
- La importancia del ahora, del presente.
- La complejidad que conforma la lucha y superación de las adversidades.
- El compromiso permanente con la construcción del propio proyecto vital.
- La orientación hacia la evolución, la superación y el cambio como paso obligado hacia la maduración.
- La frustración aceptada y la que cuesta aceptar.
- La reflexión sobre la muerte, el más allá, el destino.
- La superación del miedo a las condiciones adversas de la vida.
- La definición de valores, ideales y me-



tas para elaborar el sentido de la propia vida.

- El valor de la familia y su apoyo incondicional.
- La canalización de emociones y sentimientos de una manera positiva.
- La capacidad de identificar, conocer y gestionar nuestros miedos.
- El poder transformador del amor.
- La construcción de relaciones juveniles compartiendo temores, ilusiones y gustos.
- El proceso de convivir con el cancer sin idealizar la enfermedad ni glorificar a sus víctimas.
- El sufrimiento y el dolor como instrumento para forjar una personalidad sólida y positiva.
- Valores familiares: apoyo, unidad, sinceridad, comunicación.
- La cimentación de la autoestima en cualidades que tienen que ver con los intereses propios.
- La importancia del afecto y el apoyo de la amistad.
- El autocontrol de las emociones y miedos.



RUTA DE ACTIVIDADES

La propuesta didáctica para esta película consta de cuatro actividades amenas y prácticas que inciden en la importancia de la empatía y capacidad del alumnado para ponerse en la piel de otra persona ante una situación adversa, las diferentes posturas en relación a la pérdida, la muerte, el sufrimiento y la enfermedad, el valor del del cuidado, del ahora y el presente y de la adopción de una actitud positiva, valiente, útil y empática en la vida. Se completa además con recursos para profundizar sobre otros temas presentes en la película y enriquecer las dinámicas sugeridas.

! **RECUERDA** Esta guía, al abordar específicamente los temas de la muerte, la pérdida y la enfermedad, trata aspectos y temas que podrían suponer un desafío emocional para nuestro alumnado. Animamos a prestar atención y ser sensibles a las circunstancias personales de cada joven y a cómo esto podría afectar a su voluntad e implicación en la participación de las dinámicas. Por supuesto se tienen también que tener muy claras las normas grupales (confidencialidad, respeto y escucha) que deben ser respetadas de forma muy estricta.

Actividad previa al visionado de la película

Propuesta destinada a captar la atención del alumnado y su interés por la película y predisponerlo para el seguimiento de la misma orientando su visionado posterior.

1.ª – ¿Vale?... ¡Vale! ¡No vale!

Objetivos

- Incentivar el interés por la temática de la película adquiriendo conocimientos sobre la misma.
- Fomentar la empatía y capacidad del alumnado para ponerse en la piel de otra persona poniendo el foco en las enfermedades.
- Reflexionar sobre diferentes posturas en relación a la pérdida, la muerte, el sufrimiento y la enfermedad.
- Poner en valor la importancia del cuidado, del ahora y el presente.

Material:

- Folios y bolígrafos.

Duración: una sesión de 50 minutos.

Desarrollo:

La mejor medicina

Para reflexionar sobre lo que supone vivir con una enfermedad empezaremos la actividad trabajando de manera individual la empatía con quien padece este tipo de situaciones. Después se analizarán conjuntamente las preocupaciones, anhelos, miedos y necesidades que se pueden dar y se creará en grupo un decálogo de “buenas prácticas” para gestionarlas.

“Próximamente vamos a ir a ver una película que aborda cuestiones que inevitable-

mente nos ha tocado o nos tocará vivir de un modo u otro en nuestras vidas. Una de ellas es la enfermedad grave o incluso terminal. Hoy vamos a ponernos en el lugar de quien está viviendo una enfermedad grave.

Comenzaremos con una reflexión individual de 15 minutos. Imaginad que sufrís una enfermedad terminal grave y tenéis que completar las siguientes frases pensando en lo que os gustaría y necesitaríais en ese estado físico y emocional. Escribid todo lo que se os ocurra.”

Yo, que sufro una enfermedad, necesito de mi familia.

Yo, que sufro una enfermedad, necesito de mis amistades.

Yo, que sufro una enfermedad, necesito de

Yo, que sufro esta enfermedad, desearía que mi familia(o a mí me gustaría que..)

Yo, que sufro esta enfermedad, desearía que mis amistades

Yo, que sufro esta enfermedad, desearía que

Yo, que sufro esta enfermedad, tengo miedo de que mi familia (o me preocupa que mi familia

Yo, que sufro esta enfermedad, tengo miedo de que mis amistades(o me preocupa que mis amistades..)

Yo, que sufro esta enfermedad, tengo miedo de ... (o me preocupa que ...)

Yo, que sufro una enfermedad, pondré de mi parte ... (haciendo...)

Segunda parte Decálogo de buenas prácticas ante la enfermedad

Para continuar la actividad, cuando hayan terminado de completar las frases, se pedirá al alumnado que se junte en varios grupos de máximo 6 personas cada uno. Compartirán las reflexiones individuales que han realizado previamente para alimentar el debate grupal que les permita acordar conjuntamente un **“Decálogo de buenas prácticas para tratar una enfermedad”**.

“Ahora vais a compartir vuestras reflexiones en grupos de máximo 6 personas. Cada grupo tendrá 15-20 minutos para crear un “Decálogo de buenas prácticas ante la enfermedad” que luego presentaremos al resto de la clase. Debatir y elegir las 10 actitudes, acciones, buenas prácticas, consejos, ideas o lo que consideréis importante tener en cuenta a la hora de tratar una enfermedad. Escribir vuestra propuesta grupal para el decálogo en un folio y elegid a alguien para leerlo a toda la clase.”

Puesta en común. Quienes se hayan elegido como portavoces de cada grupo leerán los seis decálogos creados y, si hay



tiempo suficiente, podrá votarse a mano alzada cada práctica para crear un único decálogo común a toda la clase. Se hará hincapié en las estrategias propuestas que tengan que ver con la aceptación de la situación que les ha tocado vivir, comentándoles que el título de esta dinámica es un guiño a una frase de la película que se irá a ver, entre sus protagonistas se dicen ¿Vale? Y ante los retos que la vida nos pone, es nuestra decisión si los aceptamos para superarlos o nos resistimos a ellos.

Cierre. Se cerrará la actividad poniendo en valor el hecho de abordar temas tan tabú como la enfermedad terminal o la muerte, sobre todo en personas jóvenes





o en la infancia. Se volverá a leer el decálogo con la síntesis de las ideas que han aportado sobre la mejor manera de sobrellevar una realidad tan dura, animándoles a recordarlas en su vida en general cuando tengan que enfrentarse ante retos y situaciones difíciles. Por último, se les instará a reconocer algunas de estas estrategias de afrontamiento en la película que se irá a ver.

IDEAS CLAVE

A continuación se presentan algunas ideas para facilitar y enriquecer la puesta en común y la dinámica de trabajo propuesta:

- En contextos en los que hay que enfrentarse a enfermedades terminales, en los que se vive una gran tristeza y conmoción, se requieren diferentes estrategias y recursos: empatía, gran apoyo emocional y físico, autoconocimiento, respeto, sinceridad, optimismo, cercanía, conocimiento, información, comprensión, acompañamiento y aceptación.

Además puede ser necesario soporte profesional, afectivo y práctico para abordar el proceso por venir y el miedo a la pérdida de autonomía, al futuro financiero, al sufrimiento etc.



Y ADEMÁS...

Ofrecemos a continuación un recurso por si se quiere profundizar sobre el tema: nuestro mundo alberga más de 1.800 millones de jóvenes de entre 10 y 24 años. La mayoría tiene buena salud, pero la mortalidad y la morbilidad entre las y los adolescentes siguen siendo elevadas en la actualidad. La OMS publicó un importante informe titulado "Health for the world's adolescents", en el que se analiza lo que se sabe sobre la salud de los adolescentes (<http://apps.who.int/adolescent/second-decade/> Informe en castellano: http://apps.who.int/adolescent/second-decade/files/WHO_FWC_MCA_14.05_spa.pdf)



Actividades posteriores al visionado de la película

2.ª – Dale la vuelta a la tortilla

Objetivos:

- Profundizar en el concepto de resiliencia.
- Fomentar en el alumnado la adopción de una actitud positiva, valiente, útil y empática en situaciones adversas.
- Aprender a expresar opiniones y conocimientos y acordar ideas comunes.
- Enseñar perspectiva, aprender a descentralizar el foco del dolor y del sufrimiento para relativizar la situación con una mayor visión.

Material:

- Una caja grande de cartón preferiblemente cuadrada para hacer un dado.
- Celo ancho, folios, rotuladores.
- Imperdibles, alfileres o cinta carroceros para pegar los folios en las espaldas.
- Aula diáfana con espacio para colocar al alumnado en círculo.
- Material para el profesorado para imprimir.

Duración: Una sesión de 50 minutos.

Desarrollo:

Primera parte

No pidas una carga ligera, sino una espalda fuerte

Comenzamos la actividad con una breve puesta en común (5-10 min.) para saber lo que el alumnado conoce del concepto de resiliencia:

“La película “Bajo la misma estrella” nos habla de nuestra capacidad para soñar, para ilu-

sionarnos, incluso en las circunstancias más difíciles... ¿Alguien me puede decir qué significa la palabra “resiliencia”? ¿Me podéis contar algún ejemplo que conozcáis de personas resilientes?”

Se van recogiendo en la pizarra las ideas clave de las aportaciones del alumnado que nos permitirá al final de la actividad elaborar un párrafo descriptivo de la palabra resiliencia y seleccionar los ejemplos más representativos de una actitud resiliente.

Cuando al alumnado termine sus intervenciones voluntarias se crearán 4 grupos. Se repartirá a cada grupo uno de los textos del **Documento para profesorado 1**. Desarrollar, ampliar y compartir estas ideas sobre la resiliencia ayudarán a enriquecer y promover la reflexión conjunta y fomentar la participación y el conocimiento sobre el tema.

“Ahora vais a dividiros en 4 grupos. Tendréis 10 minutos para elaborar frases a partir del texto asignado que se adapten a vuestras circunstancias personales, creencias o gustos”.



RECUERDA -El modelaje del profesorado es muy importante. Hay que cuidar mucho el enfoque para no adentrarse ex-





cesivamente en aspectos personales o sucesos demasiados traumáticos. Es clave priorizar la creación de un clima de comunicación y confianza que garantice una acogida adecuada de las experiencias personales.

- Si aparecen comentarios inapropiados quien dinamiza la sesión deberá cortarlos de inmediato y, si es necesario, recoger emocionalmente a la persona que pueda sentirse afectada.

A continuación se despejará el aula colocando las mesas y sillas en los rincones, dejando un espacio libre.

“¿Conocéis la frase “No pidas una carga ligera, sino una espalda fuerte”? Pues ahora vamos



a empatizar con los protagonistas de la película y sentir unas espaldas fuertes que “sostendrán” de manera simbólica una frase sobre resiliencia de las que habéis preparado.

En trozos de papel independientes, escribiréis cada una de las frases que habéis elaborado y os las colgaréis en la espalda con celo (mínimo una frase en cada espalda)”

Una vez han terminado todos los grupos, y se tiene a todo el alumnado con una frase (o más) en la espalda sobre resiliencia, continuaremos con la lectura en alto de cada una de ellas pidiendo que se coloquen en círculo.

Quien dinamiza se habrá colgado en su espalda una de las frases de la película (la que Gus tenía en su casa “Si quieres disfrutar del arco iris deberás soportar la tormenta”). Como será quien comience a leer en la dinámica, ésta será la última frase que se lea para finalizar la primera parte de la actividad sobre resiliencia.

“Ahora vamos a colocarnos en círculo y después nos giraremos a la vez hacia la izquierda de modo que tendremos la espalda del compañero o compañera enfrente para poder ir leyendo la frase que “sostiene su espalda”. Prestad

atención e ir reteniendo lo que vamos leyendo. Es importante que os quedéis con lo que más os resuene y os “convenza” pues después lo vamos a utilizar. También es posible que al reflexionar sobre lo que estáis escuchando se os ocurran otros ejemplos de actitudes resilientes, no las olvidéis.

Leemos en alto siguiendo el orden de las agujas del reloj. Empiezo yo...”

+ Y ADEMÁS... Para saber más. Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. (M. Munist, H. Santos, M.A. Kotliarenco, E. N. Suárez Ojeda, F. Infante y E. Grotberg) OPS/OMS - <http://www.paho.org/Spanish/HPP/HPF/ADOL/R esilman.PDF>

Al finalizar mantenemos la posición en círculo que se necesitará para comenzar la segunda parte de la actividad.

Segunda parte DADO que ... “Yo tengo...”, “Yo soy...”, “Yo puedo...” SOY RESILIENTE!



Continuamos con la actividad para ayudar a verbalizar las acciones resilientes trabajadas en la primera parte. Previamente se habrá creado el dado que se utilizará en el juego con una caja grande. En los seis lados de la caja-dado se escribirán en grande las frases: “YO TENGO...” , “YO SOY/ESTOY..” y “YO PUEDO...” (dos veces cada una) .

Si se elige que la participación sea aleatoria en lugar de por orden también se pueden añadir unas flechas en cada lado que faciliten la asignación del siguiente turno: tira el dado la persona más cercana al lugar donde la flecha esté señalando.



Para iniciar la actividad se pide al grupo que se mantenga en círculo rodeando el espacio de lanzamiento (la distribución se podrá adaptar a las limitaciones del aula). Un o una integrante comienza el juego tirando el dado mientras todo el grupo dice al unísono “Para ser resiliente...”. La persona que tiene el turno leerá y completará la frase que le haya tocado. De modo ágil, a continuación a quien le toque por orden de colocación o por suerte, cogerá el dado mientras la clase dice de nuevo “Para ser resiliente...” y lo volverá a tirar realizando la misma acción anterior hasta que se acabe la ronda y todo el alumnado haya participado.

“A continuación trabajaremos la resiliencia en torno a tres factores que hemos visto en la película: “Yo tengo”, “Yo soy o estoy” y “Yo puedo”. La resiliencia es el resultado de una combinación de estos rasgos por lo que vamos a con-





vertimos todo el grupo en “personas super resilientes”. Aprovechando este dado vamos a recordar lo que acabamos de aprender sobre la resiliencia. Haremos una ronda en la que mientras a quien le toque tira el dado gritaremos en conjunto “Para ser resiliente...” y después la persona leerá y completará la frase que le haya tocado y así hasta que hayamos participado toda la clase.”

Dependiendo del tiempo disponible se podrán realizar varias rondas o reducir una limitando la participación a quien quiera de manera voluntaria o a quien le toque de modo aleatorio utilizando el dado y las flechas.

Cierre. Quien dinamiza puede realizar el siguiente comentario para cerrar la actividad repasando las ideas y conceptos trabajados (se ampliará con las ideas principales que hayan surgido en la clase):

“Como hacen Hazel y Gus en la película, hoy nos hemos dado cuenta de que ante una situación difícil, una persona puede estar rodeada de afecto, apoyo y cuidados (TENGO) pero si no tiene fuerza interior (SOY/ESTOY) o buena disposición para las relaciones sociales y la superación (PUEDO) no es resiliente.

Una persona puede tener una gran autoestima (SOY/ESTOY) pero si no sabe comunicar-

se con el resto de personas o enfrentar problemas (PUEDO) y no tiene a nadie que lo ayude no es resiliente.

Se puede ser locuaz y hablar bien (PUEDO) pero si no se tiene empatía (TENGO) no se es resiliente.

La resiliencia es resultado de una combinación de estas características: apoyo externo, apoyo interno y nuestras capacidades interpersonales para resolver conflictos, “para darle la vuelta a la tortilla”.

La película y la dinámica que hemos hecho nos enseña la importancia de la actitud que adoptamos cuando una situación nos supera y no conseguimos ver la salida. En estas ocasiones es cuando hay que ser capaces de focalizar, de ser conscientes del problema real, de lo que podemos o no podemos hacer y actuar en consecuencia.

Como dicen en la película, “Al parecer, el mundo no es una fábrica de conceder deseos” y para disfrutar el arco iris hay que aprender a soportar la lluvia. Seguro que somos capaces de compensar lo negativo que nos pueda ocurrir en la vida con una actitud positiva y optimista que nos ayude a sobrellevarlo”.



IDEAS CLAVE

A continuación se presentan algunas ideas para facilitar y enriquecer la puesta en común y la dinámica de trabajo propuesta:

- Las fuentes para organizar diversos factores que promueven la resiliencia los desarrolló Grotberg (1995, (2006: 20) y se constituyen en:
 - Apoyos externos (Yo tengo);
 - La fuerza interior (Yo soy) que se desarrolla a través del tiempo y que sostiene a quienes se encuentran frente a alguna adversidad
 - y por último los factores interpersonales (Yo puedo) entendida como la capacidad para solucionar problemas que lleva a la persona a enfrentar la adversidad.

PARA SER UNA PERSONA RESILIENTE...

“YO TENGO...” (Apoyo externo)

- *Personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente.*
- *Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.*
- *Personas que me muestran, por medio de su conducta, la manera correcta de proceder.*
- *Personas que quieren que aprenda a desenvolverme por mi cuenta.*
- *Personas que me ayudan cuando enfermo o cuando estoy en peligro o necesito aprender.*

PARA SER UNA PERSONA RESILIENTE...

“YO SOY /ESTOY..” (Apoyo interno, fuerza interior)

- *Una persona que agrada a mucha gente*
- *Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto.*
- *Alguien que logra lo que se propone*
- *Responsable de mis propias acciones aceptando las posibles consecuencias*
- *Respetuosa conmigo y con el resto de personas.*
- *Alguien que siente empatía y se preocupa por los demás*
- *Capaz de aprender lo que me enseñan.*
- *Agradable y comunicativa/o con quien me rodea*
- *Si estoy triste, lo reconozco, y lo expreso con la seguridad de encontrar apoyo.*
- *Rodeado/a de gente que me aprecia.*

PARA SER UNA PERSONA RESILIENTE...

“YO PUEDO...”. (Capacidades interpersonales y de resolución de conflictos)

- *Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.*
- *Buscar la manera de resolver mis problemas.*
- *Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo que no está bien o no conviene.*
- *Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar.*
- *Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.*
- *Equivocarme sin perder el afecto de mi familia y amistades.*
- *Sentir afecto y expresarlo.*
- *Pedir ayuda cuando la necesito.*
- *Controlar mi comportamiento: sentimientos, impulsos, demostrar lo que siento.*
- *Encontrar el humor en la vida y utilizarlo para reducir tensiones.*
- *Realizar una tarea hasta finalizarla.*
- *Generar nuevas ideas o nuevos caminos para hacer las cosas.*

IDEAS SOBRE RESILIENCIA

- *“Si la vida te da limones, haz limonada”. La idea de la resiliencia va un poco de eso, de darle la vuelta a la tortilla y de hacer limonada con los limones que te da la vida, o en otras palabras, ser capaz de tirar para adelante cuando las circunstancias en tu vida son negativas.*
- *Hazel y sus padres viven en un duelo anunciado, esperando que llegue lo inevitable pero mostrándose fuertes. Hazel menciona la metáfora de no querer ser una granada (aceptación e ira) para sus padres, además de negociar con ellos que cuando muera, tienen que continuar su vida.*
- *Gus también es fuerte, optimista y resiliente aunque al final se debilita. Sin embargo es desafiante (aceptación), lo muestra con la famosa metáfora del cigarro – tiene el poder de matarme pero mientras no lo encienda no le doy ese poder – (negociación). El momento en el que Gus pierde los cigarros es quizá donde Hazel muestra tener más capacidades de resiliencia a pesar de lo delicado de esa situación, tomándolo con madurez, pese a los actos contrarios de August (negación, ira, depresión).*
- *En la película nos hablan de Ana Frank que fue un ejemplo de resiliencia. Tuvo que vivir oculta en un desván con su familia durante más de dos años en Amsterdam para escapar de los nazis durante la Segunda Guerra Mundial. Con sólo 12 años, en medio de circunstancias tan adversas, Ana Frank fue capaz de mantener su optimismo y su confianza.*

3.ª – Terapia de amor

Objetivos:

- Enfatizar el valor del amor y la amistad para enfrentarnos a las dificultades y retos en la vida.
- Fomentar en el alumnado el valor a los diferentes tipos de amor en su vida.
- Enseñar a poner el foco en los mensajes positivos ante situaciones adversas
- Aprender a expresar opiniones y conocimientos y acordar ideas comunes.

Material:

- Acceso a dispositivos donde visualizar escenas de la película.
- Acceso a internet.
- Folio y bolígrafos.

Duración: una sesión de 50 minutos.

Desarrollo:

Primera parte

El poder transformador del amor

Aunque esta actividad se puede realizar pidiendo que recuerden las escenas de la película, lo ideal es que cada grupo de trabajo, entre 4 y 8 dependiendo del número de alumnas y alumnos, tuviera al menos

un dispositivo en el que poder visualizar las escenas de la película o, en su defecto, el documento con el guión.

Quien dinamiza la sesión presenta la actividad comentando que se va a trabajar sobre el amor, un tema muy importante en la película.

“Existen muchos tipos de amor. Uno de los eslóganes publicitarios de “Bajo la misma estrella” dice que “El amor verdadero nace en los tiempos difíciles”. Hoy vamos a trabajar sobre el amor en la familia, en la pareja, sobre la amistad y sobre el amor propio que, en tiempos difíciles, pueden ser unas de las mejores terapias.”

Pedimos a la clase que se divida en cuatro grupos. Si son muy numerosos se crearán ocho grupos y se duplicará el trabajo de cada tema. Se asignará a cada grupo uno de los “tipos” de amor que también se escribirán en la pizarra para tenerlos presente:

AMOR EN FAMILIA	AMOR EN PAREJA
AMISTAD	AMOR PROPIO

Ahora vais a pensar en escenas y diálogos de la película que reflejen ese “tipo” de amor que le ha tocado trabajar a vuestro grupo y escoger una o varias de modo que no superen los 3 minutos en total.

! RECUERDA Además de las escenas propuestas en la guía se adjunta el documento con el guión de la película que incluye el minutaje y facilitará y agilizará la búsqueda y selección de escenas y diálogos.

Una vez los grupos hayan seleccionado una o varias escenas o diálogos deberán realizar un análisis conjunto sobre cómo se demuestra el amor en ellos. Se podrán utilizar las siguientes preguntas para facilitar el debate y reflexión:



- Qué personajes hay.
- Qué siente cada personaje.
- Qué dicen, cómo reciben lo que ocurre.
- Qué sienten hacia el resto.

Aunque lo ideal es que sea el propio alumno quien seleccione las escenas y pueda volver a visionarlas, en los siguientes recuadros se proponen algunos diálogos representativos para ayudar a agilizar y simplificar la dinámica si el profesorado lo considera necesario.



AMOR EN FAMILIA

06:13 - "Solo hay una cosa en el mundo peor que tener cáncer a los dieciséis años, y es que tu hijo se esté muriendo de cáncer."

05:48 - Así que fui (al grupo de apoyo). No porque quisiera, ni porque creyera que me ayudaría sino por la misma razón por la que hacía todo en esos días. Para hacer felices a mis padres.

01:44 - Debes mantenerte sana. Come algo.

- ¿"Mantenerme sana"? No estoy sana, voy a morir. ¿Lo entiendes? Voy a morir y tú ya no tendrás a quién cuidar, de quién ocuparte y ya no vas a ser madre, y lo siento pero no puedo evitarlo.

01:45 - Hazel, Eso no es verdad. Yo estaba equivocada. ¿De acuerdo? Incluso si mueres - "Cuando".

- Incluso cuando mueras siempre voy a ser tu madre. Es lo más importante que jamás seré.

- Ese es mi mayor temor, mamá. Cuando yo no esté, ustedes ya no van a tener vida. Se van a quedar sentados mirando los muros o se van a quitar la vida, o - Hazel, amor, no vamos a hacer eso. Perderte va a ser muy doloroso. Pero tú mejor que nadie sabes que es posible vivir con dolor. Simplemente lo haces.

- Estoy estudiando Trabajo Social.

- ¿Qué?

- Si puedo aprovechar lo que hemos vivido para ayudar a otros quizá dar asesoría a familias.

- Mamá, ¿Cómo no me lo habías contado?

- No queríamos que te sintieras abandonada.

- ¿Abandonada? Es es la mejor noticia que me podías dar!

(La madre de Hazel le regala un vestido para la cita)

00:57 ¿Es para mí? Cielos! Es muy bonito! - Es una sugerencia.

AMOR EN PAREJA

01:03 - Estoy enamorado de ti, y no me apetece privarme del sencillo placer de decir la verdad. Estoy enamorado de ti y sé que el amor es solo un grito en el vacío, que es inevitable el olvido, que estamos todos condenados y que llegará el día en que todos nuestros esfuerzos volverán al polvo. Y sé que el Sol engullirá la única Tierra que vamos a tener, y estoy enamorado de ti.

Me dio la risa tonta y repetí «Vale». La línea se quedó en silencio, pero no se cortó. Casi sentía que estaba en la habitación conmigo, pero mejor, porque ni yo estaba en mi habitación ni él en la suya, sino que estábamos juntos en algún lugar invisible e indeterminado al que solo podía llegarse por teléfono.

—Vale —dijo después de una eternidad—. Quizá «Vale» podría ser nuestro «siempre».

—Vale —añadió.

02:05- No puedes elegir si van a hacerte daño en este mundo...

...pero sí eliges quién te lo hace.

Y me gustan mis elecciones.

Espero que a ella le gusten las tuyas.

00:46 - Sería un privilegio que me rompieras el corazón. Gus, soy una granada.

Algún día, voy a estallar y voy a acabar con todo a mi alcance y...

Siento que es mi responsabilidad...que haya el menor número de víctimas posible.

aceptando que la vida no tiene que ser perfecta para que el amor sea extraordinario.

01:51...no puedo expresar lo mucho que te agradezco...

...nuestro pequeño infinito.

Me diste una eternidad...en nuestros días contados.

AMOR EN LA AMISTAD

Días de los trofeos y huevos rotos

00:21 - Al parecer, Isaac y Mónica ya no están juntos.

- Isaac, lo siento. ¿Quieres hablar de eso?
- No, solo quiero llorar y jugar a videojuegos. []
- Me siento como un fracasado. Aún tengo puesto su collar.
- Quitatelo.
- Tío, quitatelo!
- ¡Sí!
- Bien hecho, amigo. Así se hace!
- Solo quiero patear algo.
- ¡No golpees eso! Toma mejor golpea esto.

01:32- Deberíamos esperar a que oscurezca.

- Para Isaac ya está oscuro.
- Amigo, no estoy sordo, solo ciego. Oigo cuando te burlas de mi discapacidad.
- Lo siento.
- No, me encanta.
- Hola. ¿Usted es la madre de Monica?
- Sí.
- Hola, señora. Su hija cometió una gran injusticia. Así que vinimos a vengarnos. No nos vemos muy intimidantes, entre los tres tenemos cinco piernas, cuatro ojos y dos pares y medio de pulmones pero tenemos dos docenas de huevos así que, si yo fuera usted, volvería adentro.
- Amigo, ¿funcionó?
- Sí.
- Es el discurso más... ¿En serio funcionó?
- Aquí tienes. Espera.
- ¡Qué bien se siente!

01:47 -(discurso fúnebre de Isaac para Gus)

- ...les diré que se vayan al diablo, porque...
- ...porque, Gus, no quiero ver un mundo sin ti.

EL AMOR PROPIO

00:10 - ¿Por qué me miras así?

- Porque eres muy guapa.
- No.
- Me gusta mirar a las personas guapas. Hace un tiempo decidí no privarme de los sencillos placeres de la vida. Sobre todo porque, como señalaste astutamente, todos moriremos pronto.
- Pues eso está muy bien. Pero yo no soy hermosa.

01:16 - Hazel, yo lo llevo. - Yo puedo

Escena en la que suben a la casa de Ana Frank llena de escaleras empinadas muy difíciles para Hazel que tiene que arrastrar además su tanque de oxígeno portátil. El tiempo se hace eterno y la película nos brinda pausadamente todos estos momentos de callada y sencilla valentía de Hazel]

01:41 Crees que la única forma de que tu vida tenga sentido...

...es que todo el mundo te recuerde y te ame.

Una vez finalizado el trabajo grupal se realizará una puesta en común en la que cada grupo expondrá en 5 minutos la escena elegida y un breve resumen de su análisis de la escena como ejemplo del tipo de amor trabajado.



IDEAS CLAVE

Esta comprobado científicamente que el amor es un potente inductor de la función inmunológica. Al amar se liberan endorfinas, se reduce el cortisol, hormona del estrés y se incrementan también la producción de dopamina y oxitocina que reducen el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

<http://www.efesalud.com/blog-salud-prevencion/8-beneficios-del-amor-para-la-salud/>

- “El poder transformador del amor de tu familia, de tu pareja, de la amistad y del amor propio para superar las adversidades”, “El amor como refugio para los malos momentos”.



- "No hay nada más curativo que el amor, el humor y la creatividad" Pathc Adams

Puesta en común. "Ahora cada grupo nos va a resumir las reflexiones a las que ha llegado tras seleccionar sus escenas y el motivo de elegirlos. Prestad atención a cada intervención porque al finalizar deberemos elegir entre toda la clase 4 frases representativas de los temas que hemos tratado hoy. Id apuntando las que más os gusten para utilizarlas después."

Segunda parte Amor con un MEME

Para finalizar esta actividad el profesorado pasará a dinamizar un debate o votación de las frases, conceptos o ideas que aporte el alumnado para representar el amor en todas sus extensiones. Se volverán a reunir los grupos y crearán Memes usando las frases seleccionadas.

! **RECUERDA** MEME: Imagen acompañada de un texto humorístico que circula rápidamente por las redes sociales haciéndose viral.

Aunque seguramente el alumnado tendrá sus favoritas, a continuación se muestra una selección de las mejores páginas para hacer memes de forma rápida, sencilla y gratuita:

- <http://www.memegenerator.es/crear>
- <http://www.memecenter.com/>
- <http://www.generadormemes.com/crearmemes/>
- <http://quebolu.com/crear/>
- <http://www.memeando.com/crear-meme/>

Cierre. Para cerrar la actividad, los memes creados por los grupos se presentarán al resto de la clase pudiéndose compartir en las redes del centro o imprimir para dejarlos expuestos en el aula.



4.ª – Más allá de las metáforas y las estrellas

Objetivos:

- Sacar el mayor partido a los mensajes positivos y educativos de la película.
- Reforzar los mensajes de resiliencia y superación ante las adversidades de la vida.
- Fomentar la cooperación grupal.
- Visibilizar la necesidad del resto de personas en casi todos los procesos personales.

Material:

- Seis sobres
- Frases impresas y recortadas en trozos (Ver Documento para el profesorado: Frases estrelladas)
- Pegamento, folios y bolígrafos.

Duración: una sesión de 50 minutos.

Desarrollo:

Primera parte Frases estrelladas

Antes de comenzar la actividad se habrán preparado los sobres con los trozos de las frases de la película con las que se va a trabajar. (Ver Documento para el profesorado: Frases estrelladas).



El profesorado seleccionará tantas frases como alumnas y alumnos vayan a participar en la dinámica. Se podrán repetir si las propuestas no son suficientes. Se introducirán en 6 sobres, pero antes se quitará un trozo de cada frase (rasgando el papel) y se sustituirá por un trozo de otra frase contenida en otros sobres. De este modo se garantizará que ninguna frase podrá ser completada totalmente pues previamente se habrá intercambiado una pieza de cada frase por otra de otro sobre.

Se dejarán sobre una mesa los sobres que contienen las piezas de las frases y se repartirán folios y pegamento entre los grupos para que puedan ir creando las frases correctas.

“Para comenzar la actividad vais a dividirlos en seis grupos. Cada grupo cogerá un sobre de la mesa y deberá trabajar en equipo para completar con las piezas que contiene tantas frases coherentes como puedan en el mínimo tiempo posible. Repartir las frases que vayáis creando de modo que al finalizar cada participante tenga una. Los trozos que se vayan uniendo se irán pegando en un folio que luego se cortará para repartir las frases.”

Quien dinamiza estará pendiente del momento en el que la mayoría de los grupos empiecen a echar de menos los trozos que faltan para sus frases (frustración) y se den cuenta de que les sobran trozos que no se adaptan a ninguna de sus frases.

“Como os habéis dado cuenta el último trozo de vuestras frases está repartido en el resto de grupos. Ahora toda la clase tiene una frase in-



completa y un trozo correspondiente a otra frase. Vamos a dar vueltas por el aula buscando la pieza que nos falta. Iremos preguntando y cuando nos crucemos con el compañero o compañera que tenga el trozo que nos falta se lo cambiaremos por el nuestro.”

Esta primera parte termina cuando toda la clase consiga tener su frase completada totalmente.

Segunda Parte Mercado de Infinitos valores

Vamos a continuar intercambiando y leyendo las frases de la película haciendo un mercado de intercambio de frases que permitirá al alumnado sustituir si lo desea la frase que tiene por otra y, a la vez, conocer el resto de frases que se encuentran repartidas por el aula.

“Como es posible que la frase que tenemos no nos convenza demasiado vamos a volver a dar vueltas y consultar con el resto de compañeros y compañeras cuáles son sus frases y, si nos



gusta alguna, intentaremos negociar el intercambio. Tenéis 10 minutos para conseguir mejorar vuestra frase.”

Puesta en común y cierre. Si hay tiempo se pedirá al alumnado que escriba detrás de su frase el valor, una palabra o concepto que la represente y para cerrar la actividad se irán leyendo tanto las frases como los valores en voz alta para compartirlas.

+ Y ADEMÁS... Se pueden digitalizar con el móvil las frases resultantes para poder compartirlas en las redes.



MATERIAL PARA EL PROFESORADO ACTIVIDAD FRASES ESTRELLADAS

FRASES para imprimir, recortar en trozos y meter en sobres.

No puedo hablar de nuestra historia de amor, así que hablaré de matemáticas. No soy matemática, pero de algo estoy segura: entre el 0 y el 1 hay infinitos números. Están el 0,1, el 0,12, el 0,112 y toda una infinita colección de otros números. Por supuesto, entre el 0 y el 2 también hay una serie de números infinita, pero mayor, y entre el 0 y un millón. Hay infinitos más grandes que otros. Nos lo enseñó un escritor que nos gustaba. En estos días, a menudo siento que me fastidia que mi serie infinita sea tan breve. Quiero más números de los que seguramente obtendré, y quiero más números para Augustus de los que obtuvo. Pero, Gus, amor mío, no puedo expresar lo mucho que te agradezco nuestro pequeño infinito. No lo cambiaría por el mundo entero. Me has dado una eternidad en esos días contados, y te doy las gracias.

"Todo el mundo debería tener un amor verdadero, y debería durar como mínimo toda la vida."

"Estoy enamorado de ti, y no me apetece privarme del sencillo placer de decir la verdad. Estoy enamorado de ti y sé que el amor es sólo un grito al vacío, que es inevitable el olvido que estamos todos condenados y que llegará el día en que todos nuestros esfuerzos volverán al polvo. Y sé que el sol engullirá la única tierra que vamos a tener, y estoy enamorado de ti"

"Sentí que me enamoraba de él como cuando sientes que estás quedándote dormida: primero lentamente, y de repente de golpe."

"Sería un privilegio que me rompieras el corazón."

se suponía que yo sería especial.

- Eres especial, Augustus.

- Sí, lo sé. Pero sabes a qué me refiero.

- Sí lo sé, pero no estoy de acuerdo. Con tu obsesión por ser recordado.- No te enojas.

- Sí estoy enojada. Porque yo creo que eres especial. ¿Eso no basta? Crees que la única forma de que tu vida tenga sentido es que todo el mundo te recuerde y te ame. Adivina qué, Gus. Esta es tu vida, ¿de acuerdo? La única que tienes. Nos tienes a mí, a tu familia, este mundo y eso es todo. Y si eso no te basta, lo siento, pero no es poca cosa. Porque yo te amo. Y yo te voy a recordar.

Creo que es nuestra decisión cómo contar historias tristes. Por un lado, puedes suavizarlas como en las películas y novelas románticas en las que personas hermosas aprenden lecciones hermosas y nada está tan mal que no se arregle con una disculpa y una canción de Peter Gabriel. Esa versión me gusta tanto como a cualquier chica, créanme. Pero no es la verdad. Esta es la verdad. Lo siento.

Lo único peor que morir de cáncer es que tu hijo esté muriendo de cáncer.

Tengo la intención de vivir una vida extraordinaria. De ser recordado. Así que mi miedo sería no lograrlo.

Solo quiero decir que llegará un día en que todos estaremos muertos. Hubo un tiempo antes de los humanos y habrá un tiempo después. Quizá mañana, o en un millón de años. Y cuando suceda, no quedará nadie que recuerde a Cleopatra, ni a Muhammad Ali, ni a Mozart mucho menos a nosotros. El olvido es inevitable. Si te asusta, te aconsejo que ni pienses en eso. Dios sabe que es lo que hace todo el mundo.



- ¿Por qué me miras así?

- Porque eres muy guapa.

- No.

- Me gusta mirar a las personas guapas.

- Hace un tiempo decidí no privarme de los sencillos placeres de la vida. Sobre todo porque, como señalaste astutamente, todos moriremos pronto.

- Pues eso está muy bien. Pero yo no soy guapa.



Hazel Grace, no te hacen daño si no los enciendes. Jamás he encendido uno. Es una metáfora. Te colocas el arma asesina entre los dientes pero no le concedes el poder de matarte.



Te mueres en medio de la vida. Te mueres en mitad de una oración.



¿Sabes? A veces la gente no entiende lo que promete cuando lo promete.



¿Te sientes mejor, amigo? Es lo que ocurre con el dolor. Que necesita sentirse.



El silencio es ensordecedor.



Hazel Grace, espero que estés consciente de que intentar mantener las distancias conmigo no cambia mis sentimientos. Todos tus esfuerzos por salvarme de ti fracasarán.

Hazel, te digo que no me importaría. Sería un privilegio que me rompieras el corazón.

Gus, soy una granada. Algún día, voy a estallar y voy a acabar con todo a mi alcance y siento que es mi responsabilidad que haya el menor número de víctimas posible.



¿Sabes qué dijo Dom Pérignon después de inventar el champán?

"Vengan rápido. Estoy degustando las estrellas".

—
"Es un milagro que no haya abandonado todos mis ideales. Parecen tan absurdos e imprácticos. Pero me aferro a ellos porque todavía creo que a pesar de todo, las personas son buenas de corazón."

—
"El mundo no es una fábrica de conceder deseos."

—
"Somos demasiado jóvenes para enfrentar estos problemas pero siguen presentándose ante nosotros hasta que, finalmente, nos vemos obligados a buscar una solución."

—
"Sin embargo, cuando miro el cielo de alguna forma siento que todo mejorará. Que también esta crueldad terminará."

—
"En esos momentos no puedo pensar en la miseria sino en la belleza que todavía queda. Intenta recapturar la felicidad que llevas dentro. Piensa en la belleza que hay en todo lo que te rodea y sé feliz."

—
- ¿Cómo están tus ojos, Isaac? - Están bien. El problema es que no están en mi cabeza.

—
- Deberíamos esperar a que oscurezca.

- Para Isaac ya está oscuro.

- Amigo, no estoy sordo, solo ciego. Oigo cuando te burlas de mi discapacidad.

- Lo siento.

- No me encanta.

—
Ojalá pudiera decir que Augustus Waters conservó su sentido del humor hasta el final. Que no perdió el valor ni por un momento. Pero eso no fue lo que pasó.

—
Ella no quería un millón de admiradores. Solo quería uno. Y lo tuvo.

Quizá no la amé mucho tiempo, pero sí profundamente. ¿No es más de lo que la mayoría logramos tener?

—
No puedes elegir si van a hacerte daño en este mundo, pero sí eliges quién te lo hace. Me gustan mis elecciones. Y espero que a ella le gusten las tuyas.

—
Hay una hermosa cita en casa de Gus que dice: "Si quieres el arcoíris, tienes que enfrentar la lluvia".

—
"algunos infinitos son mas grandes que otros infinitos y me alegra formar parte de este pequeño infinito, nuestro pequeño infinito."



Para profundizar

Ampliar análisis y trabajos con lectura del libro

- Web para descargar el libro:
<http://lelibros.org/libro/descargar-libro-bajo-la-misma-estrella-en-pdf-epub-mobi-o-leer-online>
- Cuestionario para control de lectura de libro:
<https://www.scribd.com/doc/226042811/C-ONTROL-de-LECTURA-Bajo-La-Misma-Estrella>
- Crucigrama sobre datos del libro Bajo la Misma Estrella:
https://www.educaplay.com/es/recursos-educativos/1243000/bajo_la_misma_estrella.htm

Webs, redes sociales y BSO

- Web oficial en varios idiomas sobre la película para la comunidad de fans:
<http://thefaultinourstarsmovie.com/>
- Página de facebook en español con más de

14 millones de seguidoras y seguidores:

<https://www.facebook.com/BajoLaMismaEstrellaES>

- Web en español muy completa:
<http://bajolamismaestrellapelícula.com>

- Temas más exitosos de la BSO con subtítulos en castellano

- “All Of The Stars” (Ed Sheeran):
<https://www.youtube.com/watch?v=GezPievjafs>

http://www.songstraducidas.com/letraducida-All_of_the_Stars_580086.htm

- “Not About Angels” (Birdy):
<https://www.youtube.com/watch?v=a7kVWsriP6eM>

- “Wait” (M83):
<https://www.youtube.com/watch?v=G-hHNc7pw-8>

Ansiedad ante la muerte en la adolescencia

- Estudio, estadísticas y cuestionario para trabajar la Ansiedad ante la muerte en la adolescencia (Universidades Coruña y Vigo)
http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/6996/RGP_11-15.pdf



Ficha Técnica

Título original:
The Fault in Our Stars
Año: 2014
Duración: 125 min.
País: EE.UU.
Director:
Josh Boone
Guión: Scott Neustadter, Michael H. Weber.
Basada en Bajo la misma estrella,
de John Green
Música: Mike Mogis, Nate Walcott
Fotografía: Ben Richardson
Productora: Fox 2000 Pictures, 20th Century
Fox. Wyck Godfrey, Marty Bowen

Reparto
Shailene Woodley,
Ansel Elgort,
Nat Wolff,
Laura Dern,
Sam Trammell,
Mike Birbiglia,
Lotte Verbeek,
Willem Dafoe,
Milica Govich,
David Whalen,
Emily Peachey
Género:
Drama, Romance



Texto, diseño y obra en su conjunto: © Fundación de Ayuda contra la Drogadicción.
Fotografías que la ilustran: Fox 2000 Pictures, 20th Century Fox. Wyck Godfrey, Marty Bowen
Edita: Fundación de Ayuda contra la Drogadicción, Avda. de Burgos, 1 - 28036 Madrid.

Tel. 91 383 80 00

Dirección técnica: FAD

Elaboración de contenidos: Almudena de la Peña Palacios
Eva María de la Peña Palacios

Revisión y ajuste de contenidos: Elena Ares Nieto