

¿Qué diferencia hay entre *tener un cuerpo* y *ser un cuerpo*?

Antes de empezar


Para pensar:

Nuestro cuerpo es una parte de nuestro ser que interactúa todo el tiempo con lo que sentimos, decimos o hacemos. Por eso en ESI decimos que las personas somos una unidad biopsicosocial. Las lágrimas, por ejemplo, ¿son solo agua que produce el cuerpo? Claro que no, las lágrimas fluyen cuando algo nos conmueve. Parece un juego de palabras, pero no es lo mismo afirmar que “tenemos un cuerpo” a comprender que “somos un cuerpo”, y que a través de él nos expresamos.



1. a. ¿Les gusta dibujar historietas? Dividansé en grupos y en hojas grandes, recreen alguna situación en la que los cuerpos de las personas muestren la conexión con algún sentimiento o emoción. Por ejemplo:

Alguien ve a su persona especial y siente que le salen mariposas de su panza.	Dos viejas amigas se reencuentran, se abrazan fuerte y no dejan de llorar .	Un chico tiembla y le rechinan los dientes antes de entrar a dar un examen muy difícil.	Alguien tiene que salir a cantar, no controla sus movimientos , se tropieza con todo a su paso.
--	---	---	---

 **Pista:** Las/os historietistas acuden a onomatopeyas y a distintos códigos gráficos para expresar movimientos y estados de ánimo (snif, ##,)), grrrrr). Úsenlos en sus producciones.

- b. Ahora coloquen los dibujos en el pizarrón y conversen, en cada caso: ¿Cómo suele impactar en los cuerpos los estados de ánimo, los sentimientos y las situaciones que atravesamos?

¿Cómo reaccionamos? ¿Todas/os lo hacemos igual? ¿Cómo pueden impactar nuestras acciones en los cuerpos de las/os demás? ¿Tenemos esto en cuenta a la hora de relacionarnos?

2. ¿Vieron que algunas paredes de la Ciudad están llenas de grafitis? Muchos expresan situaciones relacionadas con el cuerpo, la sexualidad, los vínculos, los derechos... ¿Se animan a escribir mensajes que manifiesten algo de lo que conversaron antes? Acá hay un par de ejemplos:

Mi cuerpo es una sola verdad y cada músculo resume una experiencia de entusiasmo.

Mi cuerpo es mi territorio, mi libertad y mi responsabilidad.

Antes de terminar

Reflexionemos entre todas/os. A veces, sin darnos cuenta, dissociamos nuestro cuerpo de lo que sentimos o hacemos. Por ejemplo: rechazamos parte de nuestro cuerpo porque se burlan de nosotras/os; pasamos horas sentadas/os aunque sabemos que es mejor la actividad física; nos exponemos a dietas extremas por los mandatos de belleza; permitimos la interacción física porque no nos animamos a decir “no”... ¿Se les ocurren otros ejemplos, y cómo superarlos?



Para profundizar

Pueden ver con algún/a profe el capítulo “El cuerpo” de la serie *Explora pedagogía*, de canal Encuentro.

Explora. Pedagogía. / El cuerpo
Encuentro
<https://bit.ly/3wXhBhM>

Escaneá este código para acceder al contenido.

