

El caso de los tres espejos: cuando lo que crees ser no coincide con lo que ven los demás

Estudio de caso sobre la distancia entre autoimagen, imagen proyectada e imagen percibida. A partir de la historia de Dani, el alumnado analiza por qué a veces nos perciben muy distinto de como creemos ser y qué se puede hacer con esa información sin perder la propia identidad.

DURACIÓN

50 min · 1 sesión

AGRUPACIÓN

grupos pequeños (3-4) + puesta en común

UNIDAD 1

Autoconocimiento e identidad personal

MATERIALES

- Ficha del caso impresa (una por grupo, incluida abajo)
- Plantilla de los tres espejos en A4 (incluida abajo)
- Bolígrafos de dos colores
- Pizarra para la puesta en común

ENCAJE CURRICULAR · Saberes A.1, A.2 · Comp. específicas CE1 · Comp. clave CPSAA, CC, CCL

Planteamiento

En la unidad hemos distinguido **identidad** (quién soy de verdad) de **roles** (los papeles que represento según el contexto). Este caso añade una tercera pieza incómoda: existe una distancia entre cómo me veo yo, cómo creo que me ven y cómo me ven realmente. A esas tres caras las llamaremos *los tres espejos*.

El caso de Dani sirve para trabajar esa distancia sin que nadie tenga que exponer su propia intimidad en clase. Analizamos a un personaje, no a un compañero. Así se puede pensar con frialdad sobre un fenómeno que a todos nos toca.

Que me perciban distinto de como me veo no significa que ellos tengan razón ni que yo me equivoque. Significa que hay información que conviene mirar antes de decidir qué hago con ella.

Objetivos didácticos

- Diferenciar autoimagen, imagen proyectada e imagen percibida con un caso concreto.
- Comprender que el desajuste entre los tres espejos es normal y manejable, no un defecto.
- Practicar el análisis de un caso ajeno antes de aplicar la herramienta a uno mismo.
- Distinguir la crítica útil (informa sobre cómo proyecto) de la crítica que conviene descartar.

El caso (fotocopiable)

Dani, 15 años, 4.º ESO.

Dani se considera una persona tímida y poco interesante. En su cabeza apenas tiene cosas que aportar y por eso habla poco en clase. Cuando un trabajo en grupo lo obliga a participar, se siente

incómodo y cree que los demás notan que «no pinta nada».

Sin embargo, en una dinámica de tutoría tres compañeros distintos escriben de forma anónima qué admiran de Dani. Los tres coinciden en algo parecido: «escucha de verdad cuando le cuentas un problema», «no se ríe de nadie», «cuando por fin dice algo, suele ser sensato». Ninguno menciona la timidez como problema.

Dani se queda descolocado. Lo que para él era un defecto enorme —hablar poco— para los demás ni siquiera aparece, y lo que él no valoraba —escuchar, no juzgar— es justo lo que le reconocen.

Plantilla: los tres espejos

ESPEJO 1 • CÓMO ME VEO YO (autoimagen)

Lo que Dani piensa de sí mismo:

.....

ESPEJO 2 • CÓMO CREO QUE ME VEN

Lo que Dani imagina que piensan de él:

.....

ESPEJO 3 • CÓMO ME VEN DE VERDAD

Lo que los compañeros escriben realmente:

.....

¿Dónde está la mayor distancia? ¿Qué hago con ella?

Pasos

- 1. Lectura del caso (8 min).** En grupos de 3-4, leen la ficha de Dani en voz baja y rellenan los tres espejos con frases del texto. Distinguir bien qué pertenece a cada espejo: muchas veces el alumnado confunde el 1 con el 2.
- 2. Análisis de la distancia (12 min).** El grupo responde por escrito: ¿entre qué dos espejos está la mayor distancia en el caso de Dani? ¿Por qué creéis que se produce? ¿Qué información útil le dan a Dani sus compañeros que él no se daba a sí mismo?
- 3. Debate de decisión (12 min).** Pregunta central: con esa información, ¿qué debería hacer Dani? ¿Forzarse a hablar más para «encajar» con lo que cree que se espera, o apoyarse en lo que ya hace bien (escuchar, no juzgar)? El grupo defiende una postura argumentada, sin respuesta única correcta.
- 4. Filtro de la crítica (10 min).** Trabajamos un matiz fino: no toda la información del espejo 3 es igual de fiable. El grupo distingue, con ejemplos inventados, entre una observación que informa de verdad sobre cómo proyectas y un comentario que dice más de quien lo hace que de ti. ¿Cuál se guarda y cuál se descarta?
- 5. Puesta en común y salto a lo personal (8 min).** Cada grupo comparte una conclusión. El profesor cierra invitando a una reflexión individual silenciosa de dos minutos —sin entregar ni leer en voz alta—: «¿En qué espejo creo que tengo yo la mayor distancia?». Conecta directamente con el DAFO personal de la actividad 1.

Criterios de evaluación

CRITERIO	DESCRIPCIÓN	PESO
Distinción de los tres espejos	Clasifica correctamente la información del caso en autoimagen, imagen creída e imagen percibida	30 %
Análisis de la distancia	Identifica dónde está el mayor desajuste y propone una explicación razonable	25 %

Calidad del debate de decisión	Defiende una postura con argumentos, no con tópicos	25 %
Filtro de la crítica	Distingue con ejemplos la crítica útil de la descartable	20 %

Variantes y extensiones

- **Variante segundo caso.** Crear un caso «inverso»: alguien que se ve muy capaz pero a quien los demás perciben como arrogante. Permite trabajar la distancia en el otro sentido.
- **Conexión con la actividad 1.** Quien ya ha hecho el DAFO personal puede revisarlo a la luz de los tres espejos: ¿alguna fortaleza de mi DAFO la puse yo o me la han dicho otros?
- **Para el docente.** No conviertas esto en una dinámica de feedback real entre compañeros sin preparación. El caso ficticio es la red de seguridad: protege la intimidad mientras se aprende el concepto.

Material abierto de profedeeconomia.es · Licencia Creative Commons BY-NC-SA · Currículo LOMLOE