

RECURSOS AUDIOVISUALES

PELÍCULAS

- **“Una mente maravillosa”**. Su trama gira alrededor de la autosuperación personal. Narra la vida de John Nash, un joven genio de las matemáticas con esquizofrenia, obsesionado con la búsqueda de una teoría propia. Gracias a su esfuerzo consigue controlar su enfermedad e incluso ganar un Premio Nobel.
- **“El discurso del rey”**. Aborda el tema del miedo escénico provocado por la tartamudez del protagonista, el príncipe Alberto. Asumir sus responsabilidades como rey le obligan a superar su pavor hablar en público, con ayuda de su logopeda y mucho tesón.
- **“Diarios de la calle”**. Trata de una profesora recién graduada que comienza a dar sus primeras clases en un instituto de California en el que sus estudiantes proceden de barrios marginales, con vidas muy complicadas. Para motivarlos y tratar de que mejoren sus vidas, les habla de la vida de otros adolescentes y escritores que con vidas peores que las suyas lograron sobrevivir.
- **“Home. Hogar, dulce hogar”**. Película de un alienígena y una adolescente que trabaja la empatía y el respeto por el que es diferente, además de mostrar las distintas emociones asociadas a la amistad, la esperanza, la convivencia o el positivismo.
- **“Los mundos de Coraline”**. Su protagonista se refugia en un mundo paralelo, detrás de una pared secreta. Aborda la comunicación entre padres e hijos, las necesidades emocionales de los más pequeños o cómo enfrentarse a los conflictos familiares en el momento en el que aparecen.
- **“Secretos y mentiras”**. Cuenta la historia de Hortense, una optometrista de color que decide conocer a su madre biológica cuando sus padres adoptivos fallecen. En su nueva familia los secretos, las mentiras y la falta de comunicación son habituales, pero la llegada de la protagonista servirá para que las cosas cambien.
- **“Birdman”**. Habla del crecimiento personal y la autorrealización. Llegado un momento, un actor de cine decide que ha llegado el momento de que su vida tome otra dirección, busque nuevos retos profesionales, recupere a su familia... A lo largo de todo este proceso, debe enfrentarse a sus emociones y cómo expresarlas.
- **“Cómo entrenar a tu dragón”**. Explora lo que significa la inteligencia emocional a través de valores como la empatía y la tolerancia, además de la amistad. Cuenta como un joven, a pesar de no mostrar las habilidades adecuadas, debe enfrentarse a los dragones que habitan la zona y convertirse en guerrero. Le ayudará un dragón herido con el que entabla una relación especial.
- **“En busca de la felicidad”**. Enseña qué significa el valor y la capacidad de superar obstáculos pese a la adversidad, sobre todo cuando se trata de luchar por los hijos.
- **“Mejor...Imposible”**. El personaje parece no mostrar ningún tipo de sensibilidad y empatía hacia los demás. Pero todo cambia cuando empieza a cuidar al perro de su vecino y la paciente camarera que trabaja en el restaurante al que acude con bastante frecuencia. Ella es madre soltera y tiene un hijo enfermo.

- **“Wall-E”**. Largometraje de animación de Walt Disney y Pixar, que aborda la inteligencia emocional de la mano de sus protagonistas, los robots Wall-E y Eve. La falta de diálogos en algún momento obliga a estudiar las expresiones y los gestos que utilizan para comunicarse.
- **“El indomable Will Hunting”**. Su protagonista aprende a gestionar sus emociones y sentimientos con la ayuda del terapeuta.
- **“Juno”**. Una adolescente de 15 años, embarazada capaz de reconocer con asombrosa facilidad sus emociones y aquello que desea. Eso le permite, además, detectar lo que necesitan las personas de su alrededor en el plano emocional, conectando con ellas.
- **“Amelie”**. Una joven especial y diferente a otras jóvenes de su edad que, cuando cumple 23 años, decide que se esforzará para que las personas de su entorno logren la felicidad. En el mundo que construye asoman sus inseguridades y miedos a los que debe enfrentarse si quiere alcanzar su felicidad propia.
- **“La mecánica del corazón”**. Película de animación que cuenta la historia de un niño que nace en la ciudad de Edimburgo en un día tan frío que su corazón se congela y para reanimarlo le implantan un reloj de cuco. Si quiere que no se pare, tiene que seguir unas reglas (no tocar las agujas del reloj, dominar el sentimiento de la furia y nunca enamorarse). Pero todo cambia tras conocer a una chica que le ‘robará’ su corazón
- **“Los Tenenbaums”**. Una atípica familia de genios con altas capacidades, un padre ausente, secretos ocultos, amores imposibles, y heridas sentimentales de todo tipo que debe enfrentarse a todos sus demonios (divorcio, apatía, envidia) tras anunciar repentinamente el padre que tiene una enfermedad terminal.
- **“Tod y Toby”**. Clásico de Disney que cuenta la historia de un zorro y un perro cazador que se conocen en el bosque y entablan una entrañable amistad. Su naturaleza diferente y sus familias que los cuidan hasta llegar a la edad adulta pondrán a prueba su amistad.
- **“Rain Man”**. Historia de dos hermanos que no se conocían y deben convivir durante días, tras la muerte de su padre, que ha dejado toda su fortuna al hermano autista.
- **“Quédate a mi lado”**. Película que muestra lo duras que pueden ser las relaciones en una familia tras un divorcio y la enfermedad de la expareja de uno de ellos.
- **“Up”**. Historia de colaboración entre generaciones dispares, que habla sobre decepciones, sueños y adversidades, pero, sobre todo, muestra lo que se puede conseguir con una mente abierta, colaboración, respeto y cariño.
- **“Del revés”**. Película de Disney en la que las emociones son las protagonistas de la historia. Alegría quiere gobernar, pero la ignorada Tristeza, intentando encontrar su lugar, desencadena toda una serie de momentos que pondrán en peligro la estabilidad emocional de la protagonista, justo cuando más necesita tener sus emociones bajo control.

- **“Inteligencia Artificial”**. Cuenta la historia de David, un niño robot al que le programan un amor muy intenso por su madre, la mujer que lo compró. Sin embargo, su condición artificial despertará sentimientos contradictorios entre todos aquellos que se encuentren con él.
- **“El hombre bicentenario”**. Su protagonista, un robot, desarrolla de manera espontánea la curiosidad, el pensamiento creativo y después las emociones humanas.
- **“Envidia”**. Historia de dos vecinos y muy buenos amigos con diferente vida. A Tim la vida le sonrío (tiene éxito, una buena familia y un buen porvenir.). Un día su amigo Nick le ofrece la posibilidad de participar en una idea que ha tenido, pero Tim la rechaza. Tras esa decisión sus vidas cambian; Nick alcanza el éxito, mientras que la vida de Tim empieza a decaer en muchos aspectos. Y todo por envidia.
- **“Equilibrium”**. Película que gira en torno a los sentimientos humanos e invita a cuestionarnos el precio tanto de tenerlos como de renunciar a ellos. Presenta un mundo en el que los sentimientos humanos se consideran el origen de todo mal, por tanto, para librarnos del mal hay que librarse de los sentimientos. Se forma así un duro sistema dictatorial en el que sentir algún tipo de emoción será duramente perseguido.
- **“El viaje de Chihiro”**. Relata el viaje de introspección de una niña de 9 años que ha perdido a sus padres y debe hallar dentro de sí misma la fortaleza necesaria para sobreponerse. El tránsito a lo largo de este mundo se asocia con el paso que debe hacer la protagonista de su niñez a la vida adulta, en el que debe forjar una nueva identidad.
- **“Equals”**. En una sociedad futurista y distópica, las emociones humanas han conseguido ser totalmente erradicadas a raíz de una guerra. El mundo vive en paz en una sociedad pacífica y tranquila, pero aparece un virus que cambia el destino del planeta.
- **“Un monstruo viene a verme”**. Su tema principal gira en torno a la muerte. El joven protagonista, se enfrenta a la grave enfermedad que está acabando con su madre y, por lo tanto, con su bienestar emocional. Para hacerle frente utiliza la fantasía, y sólo gracias a ella logra toparse con la realidad que le permite comenzar su periodo de sanación.
- **“Wonder”**. El protagonista, Auggie, es un niño de 10 años que vive con un casco de astronauta siempre puesto. Numerosas cirugías le habían dejado un aspecto deforme, por lo que se ha ocultado siempre del resto incluso negándose a acudir a la escuela. Pero todo cambia cuando debe comenzar el instituto, momento en el que deberá mostrarse al mundo y relacionarse con sus compañeros de clase.
- **“Marte”**. Película de ciencia ficción cuyo protagonista, debido a varias circunstancias durante una exploración en Marte, se queda totalmente solo en el planeta, con muy pocos recursos. Es una prueba de la esperanza y el instinto de supervivencia del ser humano y la gestión de las emociones en situaciones límite.

CORTOS

- **“Tamara”**. <https://www.youtube.com/watch?v=foRUY2l4-3I>. Su protagonista, una niña sorda, quiere convertirse en bailarina. A pesar de que no puede escuchar la música, Tamara la siente sin que ello suponga un impedimento para luchar por su sueño y alcanzarlo. Ejemplo de superación personal, ayuda a trabajar la empatía, y también a mostrar que pese a la diversidad la igual de oportunidades también existe.
- **“Ciudad colorida”**. <https://www.youtube.com/watch?v=Uohc5o0cd6w>. Nos muestra la historia de un joven feliz que gracias a su actitud y gestos logra colorear el sentimiento gris y de tristeza que encuentra a su alrededor. Un día conocerá a una joven y nuestro protagonista sentirá sensaciones que nunca antes había tenido.
- **“Octapodi”**. <https://www.youtube.com/watch?v=badHUNI2HXU&t=5s>. Historia de dos pulpos enamorados que son separados cuando la hembra es adquirida para un restaurante de mariscos. El pulpo macho para lo imposible para recuperar a su amada.
- **“Colour your world with Kindness”**. <https://www.youtube.com/watch?v=mdA2sByFX1I>. Promover la generosidad, la bondad o la empatía es el propósito de este cortometraje que quiere hacer del mundo un lugar mejor, porque las pequeñas acciones muchas veces marcan la diferencia.
- **“Un beso antes de desayunar”**. <https://www.youtube.com/watch?v=5OxWNw-6l3Y&t=10s>. Videocuento que muestra como las caricias, los abrazos y, por supuesto los besos, son necesario para el desarrollo de una buena base emocional.
- **“La Flor Más Grande del Mundo”**. <https://www.youtube.com/watch?v=i1WQE6aBrF4>. Cuento que trata sobre un niño que crece en un mundo quebrado por el individualismo, la desesperanza y la falta de ideas, donde prevalece el egoísmo, la falta de solidaridad o de amor a la vida. El niño realiza un viaje a su interior en busca de los valores esenciales que le ayudarán a darle sentido a su vida y su infancia se convertirá en el lugar para reencontrarse con lo mejor de sí mismo.
- **“Cuando estoy enfadado”**. <https://www.youtube.com/watch?v=7Krw5hSsFxo>. Cuento que explica a los niños que el enfado es un sentimiento normal, siempre y cuando no se haga daño a nadie. El mejor momento para escucharlo es cuando los niños se enfadan ya que aprenderán a controlarlo y a tener una autoestima sana.
- **“Paula y su cabello multicolor”**. <https://www.youtube.com/watch?v=K4Zk7p7FN0k>. Cuento que trata de enseñar a los niños a identificar las emociones básicas como son la alegría, la tristeza, el enfado o el miedo para que después las acepten y puedan expresarlas y canalizarlas de manera positiva y saludable. Recomendado para niños a partir de 3 años.
- **“El monstruo de Colores”**. <https://www.youtube.com/watch?v=OzbCqu6KXJI>. Historia del Monstruo de los Colores, quien se hace un lío con las emociones y le toca resolver el enredo. Gran apoyo para explicarle a los más pequeños las emociones.
- **“Cerebro dividido (Brain divided)”**. <https://www.youtube.com/watch?v=Lc7Y-pt-2HA>. Cortometraje de animación que muestra cómo funcionan los dos hemisferios del cerebro

masculino cuando se enfrenta a una cita romántica con una mujer. Por un lado, está el correcto y coherente y, por otro, el sensible y sexual. Film humorístico que muestra esa batalla entre la cabeza y el corazón.

- **“El pez arcoíris”**. <https://www.youtube.com/watch?v=Dr92P3eXvAM>. La realidad de este hermoso pez es que está solo. Su egoísmo hace que ninguno de sus compañeros quiera jugar con él. Cuento que enseña lo importante que es compartir.
- **“Monsterbox”**. <https://www.youtube.com/watch?v=hM4CWxwkyZ0>. Animación emotiva, divertida y tierna sobre la amistad. Sus protagonistas son dos amigos totalmente diferentes que valoran la amistad por encima de todo, sabiendo reconocer los errores y aprendiendo de ellos.
- **“Miedo”**. <https://www.youtube.com/watch?v=v2YQKfOlcgU>. Cuenta cómo un niño vive diferentes situaciones de miedo: a la oscuridad, al ruido, a las personas bajitas, a las altas, etcétera, hasta que adopta un perro y se come todos sus miedos. Una historia de fortaleza para superar una difícil situación.
- **“El puente”**. <https://www.youtube.com/watch?v=owM3Pf1tufU>. Corto que enseña a trabajar en equipo. Un ciervo, un conejo, un oso y un mapache deben cruzar un estrecho puente; el oso y el ciervo se enfrentan mientras que el conejo y el mapache se ayudan para salvar los obstáculos... Y lo consiguen.
- **“Mi lado de la bufanda”**. <https://www.youtube.com/watch?v=y8bq63NqaF4>. Cuento sobre la amistad de dos amigos, Héctor y Violeta. Enseña a los más pequeños el valor de la amistad verdadera a través de una bufanda que les une, a veces parece que les separa, otras les llena de amor y en ocasiones es como si les ahogara. Una metáfora sobre el valor de la amistad verdadera.
- **“For the birds”**. <https://www.youtube.com/watch?v=JVJ2K1JNiJl>. Cortometraje de animación de los estudios Pixar cuya trama se desarrolla en un cable telefónico, donde 15 pájaros pequeños comienzan a burlarse de un pájaro de mayor tamaño.
- **“Chicken or The Egg”**. <https://www.youtube.com/watch?v=3c8JnTHCufk>. Cuenta la historia de un cerdito al que le apasiona comer huevos. Pero un día se enamora de una gallina y tendrá que elegir, ¿el huevo o la gallina?
- **“Empathise”**. <https://www.youtube.com/watch?v=GJ89dk9chnk>. Corto que trabaja la empatía con los más pequeños y les concienta sobre el cuidado de los animales.
- **“El poder de la empatía”**. <https://www.youtube.com/watch?v=XClm4nBA6Z8>. Trabaja el coraje, la vulnerabilidad o la vergüenza como algunas de las dificultades que impiden que las personas conecten y se comuniquen entre sí.
- **“Los ojos de Lena”**. <https://www.youtube.com/watch?v=foy0pv8GL9s>. La protagonista de esta historia, una niña de corta edad, un día visita el zoo en compañía de su madre. Pero el zoo no es el lugar que ella había pensado que sería porque los animales no reciben el trato que deberían. Lena se siente mal y decide que tiene que cambiar las cosas.