

I... acció!

Identificant emocions, sentiments i límits

DESCRIPCIÓ

A través de representacions teatrals es reflexionarà sobre els sentiments, les emocions i els límits que acompanyen les nostres relacions amb altres persones.

OBJECTIUS

- Identificar emocions i sentiments i la seva relació amb allò que fem o no fem .
- Identificar les emocions i els sentiments que experimentem al dir NO (límits).
- Identificar les emocions i els sentiments que experimentem quan algú ens diu NO.
- Entrenar la capacitat empàtica.
- Presentar la comunicació com una eina indispensable per solucionar conflictes.
- Presentar models de relacions interpersonals basats en la satisfacció i el bon tracte.
- Entrenar habilitats comunicatives assertives.

PERSONES DESTINATÀRIES

Cicle superior: de 10 a 12 anys.

DURADA

1 hora.

ESPAI

Una sala prou àmplia perquè les persones assistents puguin treballar en grup i posteriorment realitzar les representacions teatrals.

MATERIAL

- ANNEX 01: Fitxes de les situacions que s'han de representar
- ANNEX 02: Informació complementària per a la persona referent de l'activitat

CONCEPTES CLAU

- Sentiments
- Emocions
- Comunicació assertiva
- Límits
- Empatia
- Igualtat
- Respecte
- Llibertat
- Estereotips de gènere

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Presentació de l'activitat i preparació del teatre en grups	15 min.
Representació de les obres teatrals i anàlisi	40 min.
Avaluació i tancament	5 min.

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

Primer de tot es distribueix a les persones participants en quatre grups i es reparteixen les quatre situacions (ANNEX 01).

Cada grup llegeix la situació i organitza com representar-la enfront de la resta de grups. Hauran de decidir qui són els personatges, quins sentiments i emocions tenen, com reaccionen/actuen en la situació concreta que se'ls planteja, com són els diàlegs, etc. Es tracta de definir tant com sigui possible als personatges, centrant-se especialment en les emocions i sentiments que els mouen a actuar d'una determinada manera.

Un cop cada grup hagi preparat la seva representació, sortirà a actuar. Després de cada representació, el públic podrà expressar les seves opinions/aportacions sobre les situacions (si els sembla real, possible, per què succeeix així, si podria haver succeït d'una altra forma, etc.), no sobre l'actuació de les seves companyes i companys. La persona referent de l'activitat guiarà el debat, destacant aquells aspectes més rellevants de cada situació representada atenent als objectius de l'activitat i les orientacions pedagògiques (ANNEX 02).

POSSIBLES ADAPTACIONS

Encara que en general la dinàmica és més divertida si se surt a actuar, de vegades hi ha grups en els quals la vergonya és molt paralitzant. Si malgrat acompanyar a les persones participants, no volen sortir a actuar, hi ha altres opcions per desenvolupar les situacions:

Es poden repartir personatges i treballar solament els diàlegs, sense necessitat de posar-se de peu. La persona referent pregunta: I ara què passaria? I com l'hi diria? I què li respondria? I després es posa en comú igual que en les representacions.

Si es posa atenció a les orientacions pedagògiques (ANNEX 02) es pot veure com la situació 1 i la 4 tenen orientacions similars i que la situació 2 i la 3 també, de manera que és recomanable, representar-les una darrere l'altre i fer un debat de forma conjunta.

MÉS INFORMACIÓ

- “Plaers que obren mons”. Autoria PARDO, Teo; CUNDINES ANTELO, Sandra.
Autoria institucional: SIDA STUDI (Espanya). Any de publicació: 2020.
Disponible a: <http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD67995.pdf>

- “Incorporació dels mandats de gènere a la infància: avaluació d’una prova pilot d’educació sexual a educació primària.” Autoria: CUNDINES ANTELO, Sandra
Autoria institucional: SIDA STUDI (Espanya). Any de publicació: 2019
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD59449.pdf>