

DINÀMICA DE GRUPS

(dues sessions)

OBJECTIUS:

- Veure la **dinàmica de grups com a mitjà** per a la prevenció de conductes conflictives i potenciar el desenvolupament de potencialitats personals, la competència social
- Reflexionar sobre la nostra pràctica.
- Conèixer les intervencions que poden potenciar la formació, el desenvolupament individual/grupal i millorar la inserció.
- Oferir recursos per dotar de suport psicopedagògic als nostres programes.

CONTINGUTS:

- Estratègies per a millorar la intervenció educativa.
- L'ambient d'aula i la convivència, habilitats de competència social.
- . Entrenament dels potenciadors dels aprenentatges cognitius i emocionals.
- . La comunicació emocional i modelatge.

PROCEDIMENTS:

- . Vivenciar les activitats i reflexions sobre les pautes per tal d'aprofundir e integrar els diferents recursos.

RECURSOS:

- Article Guix: “El joc vivenciat”
- Selecció d'activitats a realitzar i els seus materials (mocadors, daus, paper d'embalar...)

MARC TEÒRIC ORIENTATIU:

1. INTRODUCCIÓ GRAL.

Inventari de temes vinculants, que poden sorgir arrel de la RODA D'INTERVENCIIONS inicial de presentació i situació dels alumnes, segons la seva experiència en dinàmiques.

*** Cal anar donant forma a un enunciat clau:**

El domini de l'educació emocional, les estratègies en la dinàmica de grups (i els seus procediments com a mitjans), ens diuen què podem fer davant una conducta problemàtica.

Tots els educadors volem cercar pautes psicopedagògiques integradores que ens permetin trobar el “motoret” que mogui coses dins de l'alumne, que els hi permeti elaborar un projecte vital i professional prou engrescador i coherent per poder ser més persona, més feliç. També veiem la utilitat de fer servir el recurs del grup com una minisocietat que permet atendre la necessitat clau de l'etapa: compartir, experimentar i afiançar habilitats cognitives i socials, aprendre amb els altres i dels altres, veure com les actituds individuals afecten a tot el grup, ser conscients de que l'identitat a l'adolescència és grupal (pros i contres...).

*** Per això, com a educadors ens cal formar-nos en:**

Un posicionament i una reflexió. Donar importància a una formació eclèctica que aglutini totes aquelles directrius teòrico-pràctiques (d'altres disciplines) que puguin orientar la nostra tasca i permetin aprofundir en aspectes concrets relacionades amb els següents:

- . Els nous perfils socials.
- Els nous adolescents, la funció dels pares, professors i diferents actors socials.
- . Conèixer les tasques evolutives de l'adolescència segons els nous enfocaments evolutius i les línies cognitiu-constructivistes.
- Els tipus de pensament moral i el nivell de compromís cognitiu i moral que impliquen.
- Les conductes disruptives com a símptoma de problemes, no només com a problema en si.
- El context com a generador de Models, "folklore", mites, valors... i reconèixer que la construcció personal depèn del context, les possibilitats que ens permeti per a construir vivències (en base a la significativitat de l'emoció i no purament cognitives.)
- . Psicologia del comportament adaptatiu, segons la història personal i la teoria de grups.
- Les claus psicològiques que ens ajuden a entendre les actituds: teoria de rols, les projeccions, l'emmirationament, la importància de la conceptualització i l'autoconsistència/el treball d'introspecció i verbalització emocional. Diagnòstic de llacunes, mancances i canalització dels recursos personals. La resiliència.
- Pedagogia de la diversitat, de la motivació, de la participació, l'autogestió, resolució de conflictes i el saber treballar en equip.
- Importància de l'entrenament de la competència social per a incrementar el nivell de consciència personal.
- Cal treballar els potenciadors d'aprenentatge, els referents que serveixin de modelatge, la percepció i el grau de consciència emocional, crear un hàbit d'actuació assertiu, un estat permanent d'autoanàlisi que ens ajudi a controlar-nos i automotivar-nos.

*** I les respostes claus de tot aquest trencaclosques ens arriben quan introduïm en el nostre projecte educatiu:**

- Les habilitats socials i el treball previ dels valors i el desenvolupament de les habilitats cognitives, que permetin aquest creixement personal i moral
- L'estil interactiu del professor, com a creador d'ambients, com a responsable de canalitzar la dinàmica del grup. Saber atendre les actituds segons la fase madurativa del grup com a tal i dels seus components individualment.
- Quan com a equip de professors unifiquem uns criteris mínims que serveixen de referents clars per l'alumne, del tipus:
- Promoure i reforçar la conducta desitjable, no centrar-nos sempre en la transgressora.
- Quan ens plantegem ensenyar actituds i habilitats per a la vida igual que ensenyem matemàtiques, amb un treball en equip que formi part de la programació, no improvisat.
- Quan sabem diversificar les fórmules de treball i utilitzem mitjans vivenciats, que provoquen emocions, posicionaments davant els reptes; ja que són els més efectius alhora d'aconseguir: implicació, compromís, motivació.
- Quan actuem respectant les necessitats psicopedagògiques de les diferents fases de cohesió del grup; ens avancem als problemes: seguint els seus símptomes, compensant mancances O sigui, treballem la prevenció, eduquem ensenyant a créixer, a millorar.

2. LES TÈCNIQUES DE DINÀMICA DE GRUPS COM A MITJÀ PER A TREBALLAR LA CONVIVÈNCIA.

Tot col·lectiu ha de seguir un procés per tal d'aprendre a fer les coses junts, respectant la diversitat dels seus membres i aprofitant les potencialitats de cadascun.

En molts casos es desaprofita a la classe, com a la fórmula social que és, com a eina d'aprenentatge social i de creixement personal.

Introduir l'article de la revista GUIX sobre "El joc vivenciat".

Insistir sobre la importància de valorar l'estat emocional que ens han provocat les activitats treballades en forma de joc, què ens han fet sentir... Perquè el que realment educa és: ajudar a l'alumne a posar paraules en allò que sent; a l'explicitar verbalment els sentiments, els clarifiquem.

Estructurem el pensament a través del llenguatge, cal aprendre a identificar allò que som, el que volem, el que ens importa, el que ens fa sentir bé o malament... Normalment no tenim en compte les nostres necessitats, ni els sentiments i emmascarem les emocions; no sabem ben bé que sentim, o ho manifestem de forma contradictòria.: a vegades veiem als alumnes riure quan el moment requereix seriositat; gent que crida, per no pensar en la seva tristesa, emocions que s'expressen sense relació directa amb la situació real, o s'expressa d'una manera poc natural, o sempre s'expressen les mateixes emocions perquè no ho hem après.

Les activitats de D.G. ens ajuden a educar-nos en l'autoobservació i experimentar situacions vitals reals camuflades de joc però que ens ensenyaran a viure.

3. Importància d'organitzar els jocs per donar resposta a les necessitats del grup.

Per tal d'aprendre a donar resposta als conflictes hi ha un camí a seguir, comparable a una **escala** on cada graó es forma sobre i gràcies a la solidesa dels

anterior, cada nou nivell ajuda a desenvolupar multitud d'habilitats implicades en aprendre a donar una resposta assertiva als problemes vitals.

No ens podem saltar cap graó, cadascun afiança l'anterior, com una mena d'inversió per a desenvolupar nous recursos i habilitats socials.

Els jocs s'organitzen segons l'**ordre-escala** següent:

3.1. PRESENTACIÓ:

Jocs senzills que pretenen un apropament i un primer contacte entre tots el membres del grup. Intenten en un ambient agradable facilitar l'acostament: conèixer el nom i algunes dades bàsiques.

ACTIVITATS: Roda d'intervencions, Anem coneixent als companys, cadena de noms...

3.2. CONEIXEMENT:

L'objectiu és aconseguir un coneixement més profund i vital dels companys. És una de les primeres passes en la formació del grup. El coneixement superficial de l'altre crea insensibilitat en l'actitud vers l'altre.

Introduïrem la finestra de Johari i la consciència de l'auto i heteropercepció.

ACTIVITATS: La targeta de visita, disparar qualitats/professions...

Quan més informació donem de nosaltres mateixos, més transparents ens mostrarem, ajudant a desfer etiquetatges i primeres impressions que acostumen a estar influenciada pels estereotips i els prejudicis personals. Les primeres impressions orienten l'individu i fan que se senti més segur, però si no se superen, obstaculitzen els processos de comunicació i integració grupal. Quan més dades personals rebem de l'altre, més ens obrirem als contactes positius. Els estereotips han d'ésser treballats per ser relativitzats i sigui possible la percepció de l'altre com a persona, amb els diferents aspectes positius, limitacions, interessos, sentiments i la seva història...

La sinceritat i honestedat (coherència personal), connecta amb la sensibilitat dels altres.

3.3. AFIRMACIÓ/APRECI:

Consisteix en potenciar els aspectes positius de les persones i/o grup, per a facilitar una situació en la qual tothom es trobi bé, creant un ambient proper i d'intimitat.

ACTIVITATS: Les ulleres, siluetes, figures geomètriques...

És important fer conscients les pròpies limitacions, les llacunes i mancances que ens estan pertorbant i distorsionant la realitat, per poder afrontar-les o enfocar-les diferent. Facilitar el reconeixement de les pròpies necessitats i poder-les expressar. Una de les nostres funcions com a educadors és la d'ajudar a l'autoexploració, l'autoanàlisi, autoneixement del propi alumne, sense judicis de valoració.

Treballar la pressió del grup, l'adolescent té una identitat grupal, i per tant cal que prengui consciència d'aquesta vulnerabilitat a la manipulació si no es tenen uns criteris mínims. El joc ens ajuda a posar de manifest que l'afirmació personal o l'afirmació de tot un grup, implica moltes vegades negació o desqualificació de l'altre. En lloc de centrar-nos en les realitats personals de cadascun es cau fàcilment en la crítica del tu, en marcar la diferència de l'altre...

Apreciar o (afirmar) a una persona és reconèixer allò que té de bo, valorar les seves qualitats i aptituds, no hem de confondre en adular o fer veure coses que realment no són certes. Cal prendre consciència de la força de penetració del negativisme i que vivim una cultura del menyspreu, per tant mantenir una actitud apreciativa costa moltíssim, ens han acostumat a pensar amb un sentit crític destructiu no constructiu, a ressaltar lo negatiu, a utilitzar filtres de la realitat des de la vessant més destructiva o bloquejadora per a la construcció d'una personalitat sana i assertiva, a no creure que podem despertar sentiments positius... Això desanima, crea una mentalitat apàtica de no voler aprendre, millorar.. de vegades per no sentir-nos menyspreats.

L'apreci i l'afirmació alimenten la confiança en nosaltres mateixos i per tant afavoreixen l'aprenentatge i l'automotivació.

3.4. CONFIANÇA/ESTIMA/AUTOCONCEPTE:

. La construcció de la confiança suposa la creació paral·lelament d'un clima favorable. Apareixen eines assertives i l'assoliment dels graons anteriors donen pas a un sentiment de correspondència. Suposa una configuració d'interrelacions entre cada participant i els/les altres, i el grup com a tal. Implica un treball de: l'apreci, l'autoconcepte, el sentit de responsabilitat i corresponsabilitat.

ACTIVITATS: l'arbre i el vent, situacions de modelatge empàtic, actuació imitació...

Si no confiem amb nosaltres mateixos ni en els altres no podem construir canvis. Per confiar cal conèixer i modelar l'autoconcepte (idea que una persona té de si mateixa i del seu món referencial).

- La confiança propiciarà actituds de solidaritat i predisposició per al treball en grup.

Per a treballar l'autoconcepte cal provocar situacions on es clarifiquin opinions i expectatives, prenguem consciència de les vivències d'èxit i fracàs, analitzem els referents i la influència que aquestes persones considerades importants per a nosaltres ens transmeten.

Un aspecte bàsic a treballar és "l'estima", vital per a l'equilibri emocional d'una persona, una persona amb autoestima baixa és una persona carent d'identitat, tenen tendència a protegir-se aixecant barreres defensives, a generar dependències i "apegos" que les anul·len subtilment.

L'autoestima és un tipus de motivació intrínseca, una mena d'energia que ens orienta cap a multitud d'objectius.

- Estem en una societat que fa economia de carícies (Steiner) i l'anàlisi transaccional ens introdueix en conceptes molt interessants que actuen

prescriptivament i formen part del procés d'enculturació que ens ofega emocionalment, com:

- No donar als altres el reconeixement positiu què correspon donar.
- No acceptar el reconeixement positiu què es necessita.
- No demanar reconeixement o carícies positives que es necessiten. No donar-se un mateix carícies positives (auto-missatges cognitius que ens impulsin positivament).
- No saber rebutjar les carícies negatives.
- Etc.

3.5. COMUNICACIÓ.

Estan pensades per conscienciar, analitzar i estimular el sentit d'una bona comunicació afectiva i efectiva, tant verbal com a través del llenguatge del cos.

ACTIVITATS: H^a d'un pagès, Joc de l'oca, el mocador i les mans, etiquetes...

Tenim l'experiència de que els problemes de comunicació són la base de molts conflictes, cal treballar els elements que la faciliten o la dificulten. El coneixement, l'apreci i la confiança s'expressen comunicant-nos. Cal però tenir en compte la forma com ens comuniquem, en front del què comuniquem.

Cal desenvolupar la capacitat de comunicació verbal i no verbal, d'escolta activa, l'expressió de necessitats o sentiments, com a part d'aquest procés comunicatiu. Escoltar no només suposa comprendre, sinó estar obert a la negociació, als pactes, al compromís), segons les necessitats i diferents enfocaments vitals dels altres.. El desenvolupament de les formes de comunicació no-verbals, suposa també una riquesa d'innumerable experiències per a la potenciació de les relacions interpersonals i l'afiançament del grup.

La comunicació no és únicament un problema lingüístic sinó que està relacionada amb: l'estat d'ànim, les idees preconcebudes, les influències en el si del grup, els rols que es desenvolupen i el liderat que s'hi exerceix.

3.6. TREBALL EN EQUIP, COOPERACIÓ:

Suposen una passa més en el procés per tal de superar i qüestionar les relacions competitives, afavorint un clima relaxat i favorable.

El grup pot descobrir no solament els avantatges i possibilitats del treball en comú en quant els resultats, si no com a experiència vital, desenvolupant la capacitat de compartir, i aprendre de les qualitats de tots els membres del grup.

Costa molt veure que és bona la cooperació en front de la competició, però, quan es dona, tothom sap valorar que cooperar és construir amb els altres i no a costa dels altres: sense necessitat de ser eliminat, humiliat, vençut...

- Però cal assumir les responsabilitats de participar i establir els mecanismes per solucionar els conflictes.
- Cal reflexionar sobre la forma amb què ens percebem els uns als altres:
- Les percepcions que tenim dels altres: estereotips, prejudicis, discriminació.
- Com s'han format aquestes percepcions: influències del procés de socialització, com es generen dins nostre, el procés d'enculturació...
- Mecanismes psicològics que fan que es mantinguin aquestes percepcions: resistència al canvi, expectatives, efecte autocompliment...

ACTIVITATS: FIGURES GEOMÈTRIQUES, ETIQUETES, els 2 ASSES...

3.7. GESTIÓ I RESOLUCIÓ DE CONFLICTES:

Són una eina útil per aprendre a descriure conflictes, reconèixer les causes, els seus diferents nivells i interaccions segons contexts.

Suposa avançar en les relacions dialèctiques i l'afiançament dels graus anteriors: afirmació-seguretat, ignorància de l'altre- coneixement interpersonal, confiança-individualisme, cooperació-competició. Per això, la vivència "des de dintre" i el "distanciament" com a mecanismes d'anàlisi, formen part del que s'ha donat en anomenar: enfocament soci-afectiu. Suposa de fet una situació en la qual

el conflicte és una oportunitat per millorar, no quelcom a evitar permanentment (evitar la latència del conflicte, desviacions de direcció respecte al focus de conflicte).

Cal treballar els diferents models d'enfrontament de conflicte:

Competició.

Col.laboració.

Evasió.

Acomodació.

Una gran quantitat de problemes són deguts a què en un primer moment, la passivitat ha estat tan gran, que no s'ha fet res, o poca cosa

ACTIVITATS: Mètode disc, passadís imaginari..

FITXES DE DESENVOLUPAMENT DE LES ACTIVITATS PELS FORMADORS DEL MODUL

1. ACTIVITATS DE PRESENTACIO

1.1. CADENA DE NOMS

OBJECTIUS: Aprendre noms

PROCEDIMENTS: Col·locats en cercle, l'animador comença dient el seu nom i en ordre d'un en un per la dreta, el següent haurà de repetir els noms anteriors abans de dir el seu i així progressivament fins donar tota la volta al cercle. La resta del grup pot ajudar si hi ha oblitats o bloqueigs.

És interessant anotar les estratègies que utilitza cadascú per a memoritzar (anotar-los en un paper, anar repetint tots els noms mentre li toca el torn a un altre) i el tipus de reacció que té: de riure per la tensió o bloqueig, desconcentrar-se, s'arrisca superant les inseguretats...

ALTERNATIVES:

- A més del nom es pot afegir un gest.
- Després es pot canviar de lloc i cinc a l'atzar aixequen la mà i per ordre de seient anem dient el nom d'aquests 5.
- Posar un "cartellet" a la taula amb el nostre nom, com si fóssim un organisme oficial (ONU..) i mantenir-lo uns quants dies.
- En cas que els alumnes ja es coneguin es pot fer amb nom i cognoms.
- En finalitzar l'activitat es pot donar un full amb la fotografia i el nom de cadascú.

SUGGERIMENTS D'ANÀLISI FINAL.

- . Desenvolupar habilitats paracadèmiques: la capacitat de memorització, respectar el torn de paraules, facilitar ambient de concentració...
- . Donar importància al nom, que tots els coneguem, es quan prenem en consideració la nostra identitat, ens considerem com a persones, més que un element de la classe i que són importants pel grup. El professor quan es dirigeix a l'alumne pel nom fa que s'estableixi una relació més personal i per tant més efectiva.
- . Ajuda a l'alumne a trencar barreres subjectives, prejudicis, timideses, costums, "capelletes" etiquetes...
- . Fer un paral·lelisme entre com afrontem aquestes dinàmiques i altres exercicis acadèmics, exàmens... hi ha situacions que ens impressionen, que ens provoquen estrès i ens podem quedar en blanc i no saber que respondre. De vegades la por al fracàs davant d'un repte et pot provocar respostes negatives que et fan perdre energies i no ser capaç de demostrar els teus coneixements

1.2. ANEM CONEIXENT ELS COMPANYS

OBJECTIUS: Fer un primer contacte informal amb tots els membres del grup per trencar el gel.

PROCEDIMENTS: Tots drets en un espai idoni (a classe sense taules, al pati). Es reparteix el qüestionari. Han d'haver tantes preguntes com persones, menys un. Han d'intentar contestar les preguntes, posant TOTS els noms dels companys

sense repetir noms ni deixar cap pregunta sense nom. El professor col·laborarà perquè cap alumne quedi exclòs de l'activitat i dinamitzar-la.

Durada aprox.: 30 minuts.

SUGGERIMENT D'ANÀLISI FINAL.

L'alumne farà una valoració individual sobre què li ha semblat l'activitat, com s'ha sentit, per què li ha estat útil, que li ha aportat.

El professor pot fer una valoració global de la participació de l'alumnat, sense personalitzar, diferents actituds davant l'activitat, recursos que han utilitzat per resoldre-la i aptituds que impliquen.

Hi ha preguntes com la 5,6,i 7 que ens poden ser molt útils, per tant, caldria fer un buidat i preparar altres accions.

1.3. RECERCA DEL TRESOR:

BENVINGUTS/BENVINGUDES.

OBJECTIUS: Afavorir el coneixement dels altres. Conèixer el que tenim de comú. Estimular la cohesió del grup.

PROCEDIMENT: Es tracta de buscar, partint del qüestionari, coses comunes que tenim amb els altres, tot seguint les instruccions.

L'animador reparteix els fulls perquè vagin preguntant als companys que puguin respondre a les característiques.

L'ordre és indiferent

SUGGERIMENTS: Fer una valoració global de l'activitat.

Es poden utilitzar algunes respostes per elaborar properes activitats.

2. ACTIVITATS DE CONEIXEMENT

2.1. TARJA DE VISITA

OBJECTIUS:

- Conèixer aspectes de la personalitat dels companys que ens resulten desconeguts o difícilment coneixeríem.

- Posar en comú experiències personals, interessos... que l'escola no te en compte.
- Crear punts de trobada, aliances per afinitats, per contrast...

PROCEDIMENTS:

Asseguts en cercle.

1^a part: Es reparteixen les fitxes i s'emplenen individualment, cadascú la seva.(Durada 10')

S'indica a l'alumne que escrigui, amb lletres grans en el centre del foli, el NOM pel qual li agradaria que l'anomenéssim durant el curs.

A l'angle superior i per aquest ordre:

AFICIONS: Paraules que indiquin allò que li agrada fer (escollar música, amics, cine, futbol).

TV: L'espai de tv, actors, cantants, tipus de música... que més els hi agrada

DEFINICIO: Adjectius que ell cregui que el descriuen amb exactitud (curiós, sincer, atlètic..).

A la part inferior i per aquest ordre: VIATGE: Un lloc que li agradaria VISITAR i perquè. TREBALL: Una ocupació que els hi agradaria desenvolupar.

SATISFACCIÓ: Alguna cosa que han fet o de relació de la qual es senten satisfets.

2^a part: Quan tots hagin acabat. Es van passant les fitxes de tots (imposar una direcció, cap a la dreta) i si troben quelcom que els hi sorprèn o els agradaria preguntar, comentar dels que han anat posat els companys, s'anota el nom i el tema.

Quan la roda d'anotacions hagi acabat es pot preguntar directament a la persona, ja en gran grup, atenent a les explicacions tots els membres del grup

La funció del professor només és de controlar que tot vagi bé; no s'hi ha d'implicar.

3. ACTIVITATS D'AFIRMACIÓ

3.1. LES ULLERES.

OBJECTIUS: Ajudar a veure la realitat des de diferents prismes. Comprendre el punt de vista dels altres i com una determinada postura condiciona la nostra visió de la realitat.

PROCEDIMENT:

Participants i material: Participa tot el grup classe, i es necessiten ulleres diferents, tantes com puts de vista es vulguin treballar.

Consignes de partida: Els participants han de concentrar-se en percebre la realitat a través del prisma que suposen les ulleres.

Desenvolupament: L'animador planteja, diferents postures especialment conflictives per a mantenir una bona convivència a classe. Ex: "Aquestes són les ulleres de la desconfiança. Quan porto aquestes ulleres sóc molt desconfiat. Algú vol posar-se-les? I dir-nos que veu a través d'elles, explicant què en pensa de nosaltres com a grup?"

SUGGERIMENT D'ANÀLISI FINAL:

Sense personalitzar es pot reconduir un debat posterior sobre situacions concretes que es viuen a l'aula, per tal d'identificar aquelles actituds que ens afecten i són especialment distorsionadores.

4. ACTIVITATS DE CONFIANÇA.

4.1. ACTUACIÓ/IMITACIÓ

OBJECTIUS: Estimular l'expressió personal. Aprendre a afrontar les pors i relativitzar i objectivar els problemes.

PROCEDIMENT: Lliurar el full de l'activitat o anotar-ho a la pissarra:

1. Recitar un vers infantil o cantar una cançó.
2. Caminar amb dos llibres al cap.
3. Parlar durant un minut de les meves qualitats
4. Imitar el cant d'un gall.
5. Llegir un fragment d'un llibre.
6. Parlar durant un minut de com et sents en aquest grup.
7. Imitar una persona quan es lleva.

Els alumnes poden triar allò que més els hi costaria fer davant del grup i el que menys. I es va anotant a la pissarra i marcant freqüències.

SUGGERIMENT D'ANÀLISI FINAL:

- Que surtin agrupats per afinitats i que interpretin davant del grup, començant per les que els hi genera menys dificultat.
- Acostuma a coincidir com a més difícil la 3 i la 6. Cal aprofundir en el perquè ens costa tant parlar de nosaltres mateixos de forma positiva.
- Es posa en evidència la subjectivitat de les pors i com ens deixem condicionar per elles.

5. ACTIVITATS DE COMUNICACIÓ.

5.1. JOC DE “L'OCA”.

OBJECTIUS: Afavorir el coneixement entre les persones participants, a través d'una sèrie de qüestions que elles mateixes decidiran. Intercanviar experiències vivencials, emotives i significatives.

PROCEDIMENT:

Material: Cal paper d'embalar i un o dos daus per subgrup.

Consisteix en crear un recorregut per a fer un objectiu-fitxa, mentre s'expressen sentiments i es comparteixen experiències.

S'agruparan els alumnes en petits grups de 6 persones, que es col·locaran al voltant d'un tros de paper d'embalar (al terra, i una mida que els permeti estar relativament junts, però tancant l'espai).

Desenvolupament: Cadascú buscarà un objecte personal per quan li toqui el seu torn, deixar-lo a dintre de la casella que li toqui. El primer comenta a dibuixar un

recorregut amb la casella de sortida i tira el dau, si surt un 4, dibuixarà 4 caselles a partir de la sortida i col·locarà el seu objecte personal a la quarta casella.. En aquesta casella ha de posar una missió: per ex: explicar la primera vegada que... vaig anar a un concert, vaig fer un petó..., que escriurà a la casella i explicarà els seus sentiments i aconteixements al grup, i així per ordre les següents persones aniran tirant el dau i caient en les caselles ja escrites o obrint de noves, fins que acabin tots els membres, es pot fer una segona ronda si el grup vol i tenim proa temps. Cada número serà un tema nou, si es repeteixen els números es repetiran els temes, ex: el 4 sempre serà el mateix, sinó te experiències iguals, es busquen de similars per poder compartir amb el grup.

SUGGERIMENTS D'ANÀLISI FINAL.

Comprovar que intercanviar experiències estableix lligams afectius, i ens fa ser més accessibles i mostrar-nos més humans i afectius als altres.

6. ACTIVITATS DE TREBALL EN EQUIP

6.1. FIGURES GEOMETRIQUES

OBJECTIUS: Ser conscient de com la pressió grupal afecta a les nostres actituds i criteris.

PROCEDIMENT : Repartir les fotocòpies amb exercicis de percepció. Distribuir-los en subgrup de 4 ó 5.

Demandar a cada subgrup, que s'intentin posar d'acord sobre una pregunta, per exemple:

- Són rectes les paral·leles?
- A i B són iguals ?
- El tamany de les 2 rodones centrals, són iguals entre si?
- Són iguals els 3 cilindres?

Triar una persona de cada grup que tingui facilitat per argumentar qüestions de lògica matemàtica o percepció espacial i sense que el seu subgrup ho sàpiga, demanar-li que faci de distorsionador de grup, porti la contrària per tal de dificultar l'acord grupal.

Fer la ronda de conclusions de cada subgrup, respecte a les preguntes formulades.

SUGGERIMENTS D'AVUACIÓ FINAL

Obrim debat sobre si ha estat fàcil arribar als acords, si el grup a treballat de forma fluida o quin tipus de problemes han trobat. Es destapa a la persona distorsionadora i es reflexiona sobre com ens poden manipular si no saber afirmar-nos.

7. ACTIVITATS DE GESTIÓ I RESOLUCIÓ DE CONFLICTES.

7.1. PASSADÍS IMAGINARI

OBJECTIUS: Aconseguir identificar les claus d'una bona comunicació asertiva i cooperació basada en el mutu acord.

PROCEDIMENT: Es tracta de que 2 persones travessin en sentit contrari un passadís imaginari de l'amplada de les espatlles.

- Desenvolupament: Tot el grup classe es posarà en cercle, i s'imaginem camins imaginaris, com si fossin un rellotge, entre les persones que es troben diametralment en punts oposats (jo amb el que tinc al meu davant) i l'amplada d'aquests camins és de l'amplada de les espatlles d'aquestes persones. A la senyal de l'animador, els participants que ocupen posicions diametralment oposades han d'intercanviar els seus llocs, sense surti-se'n del passadís imaginari.
- Consigna de partida: El joc es fa en silenci.

SUGGERIMENTS I AVUACIÓ FINAL:

- Es pot tornar a fer posant-se l'animador personalment en el punt mig del cercle, per tant que a l'hora de valorar els comportaments durant els dos exercicis, puguem comparar si hem modificat la nostra actitud quan hi ha present una persona.
- Es valoren les actituds detectades per parelles i es fan preguntes del tipus: Heu tingut sensació de caos, de descoordinació d'actituds envers la parella? Quines dificultats trobàveu? Com es podrien millorar? Quantes solucions diferents

s'han trobat al repte?. Si ho tornéssim a fer quines consignes facilitarien el mutu acord?

- Un cop detectada la necessitat de negociar acords mínims, s'identifiquen els més útils i es torna a fer l'exercici, comparant els resultats i extrapolant l'experiència a la vida real.

EXERCICIS TEATRALS

SESSIÓ I

Presentació metodologia del curs i dels objectius de la part pràctica.

Objectiu: Poder assajar i provar noves tècniques per a poder donar resposta a la gestió de conflictes.

Procediment: Tècniques del treball bàsiques en la formació d'actors. Aquestes tècniques ens proporcionen poder aprofundir en l'anàlisi de les situacions i la comprensió dels discursos dels agents que intervenen en el conflicte. Amb aquests coneixements podrem obrir noves vies per a traçar les estratègies per a la resolució.

Tècniques teatrals per al control i la millora de les competències comunicatives.

- ESCALFAMENT:
 - a. Roda de Noms
 - b. Fitxa per al coneixement. Joc del Pre-judici.

Asseguts en rotllana

a) Com a premissa els membres del grup només es presentaran dient el nom, quina vinculació tenen amb el teatre i les motivacions que els han conduït a fer el curs.

b) JOC DE LA PERCEPCIÓ (judicis a priori):

Cada alumne omple una fitxa. El formador donarà una fitxa a cada professor, procurant que no sigui la seva.

Els membres del grup llegiran en veu alta les fitxes i hauran d'escollir la persona que creuen que és la que l'ha escrit.

S'ha de justificar la decisió de l'escolliment.

FITXA:

Al marge de dalt escriure un Pseudònim enlloc del nom.

- 1- Tres coses que t'agraden.
- 2- Tres coses que no t'agraden.
- 3- Una cosa que no suportes.
- 4- Dues coses que t'agrada fer.
- 5- Dues coses que t'agradaria fer.
- 6- Tres coses que creus et defineixen.
- 7- Tres coses que creus que no et defineixen

Treball: Quins són els indicadors que llegim per a ubicar i classificar les persones a cop de vista?. Quins judicis a priori establim? De quin estil són?.

Prendre consciència de la llegibilitat dels codis físics. Desenvolupar l'observació activa. Introspecció. Coneixença del grup.

- TREBALL ESPECÍFIC

- a) JOC DELS MONOSÍLLABS

Per parelles o grups de tres, han de preparar una petita història o situació, procurant que sigui concisa i curta. Només es podrà parlar o acompanyar l'acció amb els sons dels monosíl·labs que s'han atorgat a cada grup.

Ex: Flop; Crec, Clik; Flash; Pum; Crash; etc.

Treball: Forçar la atenció i concentració per al control del gest i de la acció. Potenciar la creativitat ; específicament en la concreció d'una situació. Desinhibició. Consciència del llenguatge no verbal. Comunicació i coneixença de grup. Cohesió.

SESSIÓ II

- ESCALFAMENT

- a) RODA DE CONCENTRACIÓ

Joc on tot el grup, en rotllana, es passen un objecte imaginari. El gest de llençar l'objecte cap a un membre del grup va acompanyat del monosíl·lab Zum.

Si el participant que li toca llençar l'objecte enlloc de dir *Zum* diu *Bam*: el receptor no ha de fer el gest de recollir sinó d'esquivar-lo.

Cada cop s'ha d'anar a més velocitat.

És important indicar amb la mirada a quina persona enviarem l'objecte, per a que no hi hagi confusions.

Treball. Concentració. Agilitat mental. Aguantar i concretar la mirada. Control del gest i la veu. Cohesió.

- B) EXPLORANT L'ESPAI.

Cada persona concreta un recorregut per l'espai de treball. Ha de repetir-lo procurant que sigui sempre el mateix.

Tots els membres del grup començaran simultàniament a fer el seu recorregut. En el moment que dos persones es creuin, sense parlar, algú cedirà el pas sense deixar de mirar-se als ulls.

Aquest exercici es realitza amb metrònom, o amb música variada.

Treball: Coordinació i motricitat (espai-recorregut, Temps-ritme). Comunicació no verbal. Expressió i fixació de la mirada. Percepció dels estímuls tant del moviment com de l'espai i l'audició. Atenció. Concentració. Control gestual. Desinhibició.

- TREBALL ESPECÍFIC.

- a) LA ENTRADA.

El grup s'asseu com si estigués al teatre, deixant una part de l' espai per a la representació, on hi haurà una cadira.

Individualment cada participant ha d'entrar- *per alguna cosa*-, seure- *Per algun motiu*-, i marxar – *per alguna raó*.

És important es tingui en compte l'estat d'ànim amb el que s'entra. I concretar quins són els antecedents que fan que s'entri amb l'actitud que s'ha escollit.

El públic intentarà endevinar tant el disseny de seqüència que ha observat com l'estat d'ànim amb el que ha entrat el personatge.

Variant:

- De dos en dos o per grups.
 - Només l'entrada i estat d'ànim.
 - Buscar neutralitat en els tres eixos o combinatòria.
- EX: Entrada neutre, acció energètica i alegre, sortida neutre.

Treball: Consciència d'antecedent, objectiu, finalitat, motivació i puynt de vista. La importància del llenguatge no verbal. Sentir-se observat. Concreció de gest, gesticulació, posició i paraula. Observació activa. Concentració. Creativitat en la construcció de la seqüència. Desinhibició.

ANNEXES A LES SESSIONS DE DINÀMICA DE GRUPS

Article de la revista Guix

LES ACTIVITATS VIVENCIADES. EL JOC

Hem de saber veure l'aula com a espai socialitzador, on el mitjà és tant important com els continguts per construir el propi coneixement vital. Ens cal aprofitar la fórmula social de l'escola, canalitzar l'energia i interacció del grup per potenciar els aprenentatges.

L'ENFOC PSICOSOCIAL DE L'APRENTATGE.

Moltes teories sustenten que les activitats vivenciades són la fórmula més fàcil

d'aprendre, d'aconseguir implicació i en especial el joc. Fins i tot els grans enfocaments psicopedagògics reconeixen els components afectiu-emocional, cognitiu, motriu i social dels jocs.

Enfaments teòrics d'interès formatiu pel professor:

- Psicosocials, on ens mostren que cada persona ha de construir el seu sistema de valors i que pot entrenar-se cognitivament per a desenvolupar noves habilitats.
- També els cognitiu-constructivistes, proposen com a necessari, que l'alumne/a ha de construir el seu propi coneixement.

Un procés de construcció no pot activar-se sol, ha de ser impulsat.

- Les propostes socioafectives a l'aula. Sostenen que aquesta construcció depèn de l'entorn on es desenvolupi, si afavoreix o no aquest creixement.

El context influirà segons les vivències que ens permeti construir, de la informació que doni, dels models de comportament i currículum ocult que ofereixi.

Aprendre de l'entorn, d'un mateix i dels altres, requereix d'una actitud; aquesta es pot estimular però no transmetre, perquè qui ha de decidir adoptar-la o no és la pròpia persona. Cal "ensenyar" actituds, ja que són un estat intern que ens predisposa a interpretar i actuar de forma coherent amb els nostres coneixements i sentiments, davant les situacions.

LES ACTIVITATS VIVENCIADES COM A MITJÀ D'INTERVENCIÓ.

El nostre repte com a ensenyants és crear experiències d'aprenentatge significatives. L'aprenentatge experimental proporciona els millors resultats perquè provoca una situació paral·lela al món real, fa connectar amb la realitat, ajudar a l'apropament entre pensament i acció.

Cal considerar el joc com una forma d'educació tant seriosa com altres menys agradables. Simplement introdueix a la classe en un ambient més vital i no autoritari.

La pauta dels aprenentatges vivenciats és efectiva perquè possibilita l'experimentació de situacions, estimula el posicionament, no podem canviar la realitat, però sí la representació que ens fem d'ella. Ens permet provocar emocions i, a més, emocions, més memòria significativa. Les emocions fan que gravem al nostre cervell allò que hem de recordar i/o oblidar. No s'obliden aquelles experiències de la nostra vida que més impacte emocional ens han produït.

Tot el que no es viu costa d'acceptar, creure, integrar. Les vivències ens serveixen d'automotivació per aprofundir en la intel·ligència emocional, i aquesta alhora genera un dinamisme que afavoreix aprendre a pensar i aprendre en general, perquè reestructura els nostres valors i formes de comportament.

LA FÓRMULA DEL JOC.

El joc és un instrument que no tan sols té la vessant lúdica (per definició i com a forma de llenguatge, sempre ha de representar un plaer), no tan sols serveix per passar l'estona, sinó que ens permet descobrir recursos i desenvolupar habilitats útils per a la vida de forma individual i fer madurar al grup com a tal. Ens ajuda a trencar les barreres defensives, motivar, profunditzar en aspectes abstractes, relaxar...

Quan ens mostrem relaxats és quan es crea un bon ambient perceptiu per a treballar. Crea un espai d'experimentació de les pròpies possibilitats, de les capacitats personals de comunicació, d'acció,,, que poden ajudar a una afirmació personal i col·lectiva.

Al joc és on ens mostrem més humans, accessibles i comunicatius. És pot utilitzar com a eina de diagnòstic (test de personalitat, d'adaptació social, sociograma...), ja que permet conèixer en profunditat a les persones.

Alguns poden semblar infantils però poden moure les actituds que ens serveixen d'autoentrenament, motivar-nos i promoure valors i objectius molt necessaris com: el joc net, el respecte, la bona voluntat, sentit de l'esforç, resistència a la frustració, autonomia personal, iniciativa, capacitat d'autogestió, sensibilitat lúdica, consciència corporal, etc.

EL JOC COM ESTIMULADOR MULTIFACTORIAL.

El joc obre molts camps perceptius, noves realitats per a la implicació directa en l'acció que suposa jugar. L'individu s'enfronta a una presa de consciència per la forma en què els altres el veuen, o ell mateix es va descobrint. Podrem desenvolupar l'autoregulació, fet que dependrà del grau de consciència que tinguem dels nostres sentiments (ja que primer sentim, després pensem).

Les activitats no es poden improvisar, cal seleccionar-les amb coherència i criteris

clars, segons habilitats que ens proposem treballar:

Auto/hetero-coneixement, comprensió, respecte, afirmació, confiança, estima, auto/hetero-concepte, apreciació, comunicació afectiva/efectiva verbal o no verbal, escolta, treball en equip, resolució de conflictes.

Permet donar protagonisme a les aptituds més sensorials: no verbals, auditives, visuals, manipulatives ...

Altres factors conceptualitzats per molts autors són: el joc com a element que afavoreix la intel·ligència, com a forma d'expressar angoixes, com a element que ajuda a estructurar l'esquema corporal o com a element social (desenvolupa habilitats socials, cohesió i organització de grups...), etc.

Fins i tot el propi procés del joc és enriquidor per:

- Entrenar la percepció, ja que cada persona percep la realitat d'una forma diferent, al treballar el grau de consciència que tenim de les coses.
- Estimular les emocions, ja que res no controla més el comportament que les emocions.
- Obtenir els millors resultats en la retenció de dades, el grau més alt s'aconsegueix: a través d'allò que diem, discutim...(en un 70%) i després realitzem (70%), d'allò que veiem i escoltem (50%), el que veiem (30%), escoltem (20%, i llegim (10%).
- Crear un hàbit d'actuació i un estat d'autoanàlisi per a autoregular-nos.

DIVERSIFICACIÓ DE RECURSOS TÈCNICS

En dinàmica de grups, l'aprenentatge estructurat té una l'oferta molt variada d'activitats, ja que són reconeguts bons potenciadors educatius dins dels llenguatges més naturals de l'aprenentatge, que són: l'observació i l'experimentació (per la seva capacitat de mostrar conductes noves).

És molt important disposar d'una gran varietat de tècniques d'implicació directa i organitzar-les i catalogar-les per funcions, segons siguin els nostres objectius i interessos.

El tret comú metodològic és crear un clima en el que cada persona visqui una situació

empírica, la senti, l'analitzi, la descrigui i sigui capaç de comunicar la vivència que li ha aportat...per tant: expressi les seves accions i les seves interaccions amb els altres.

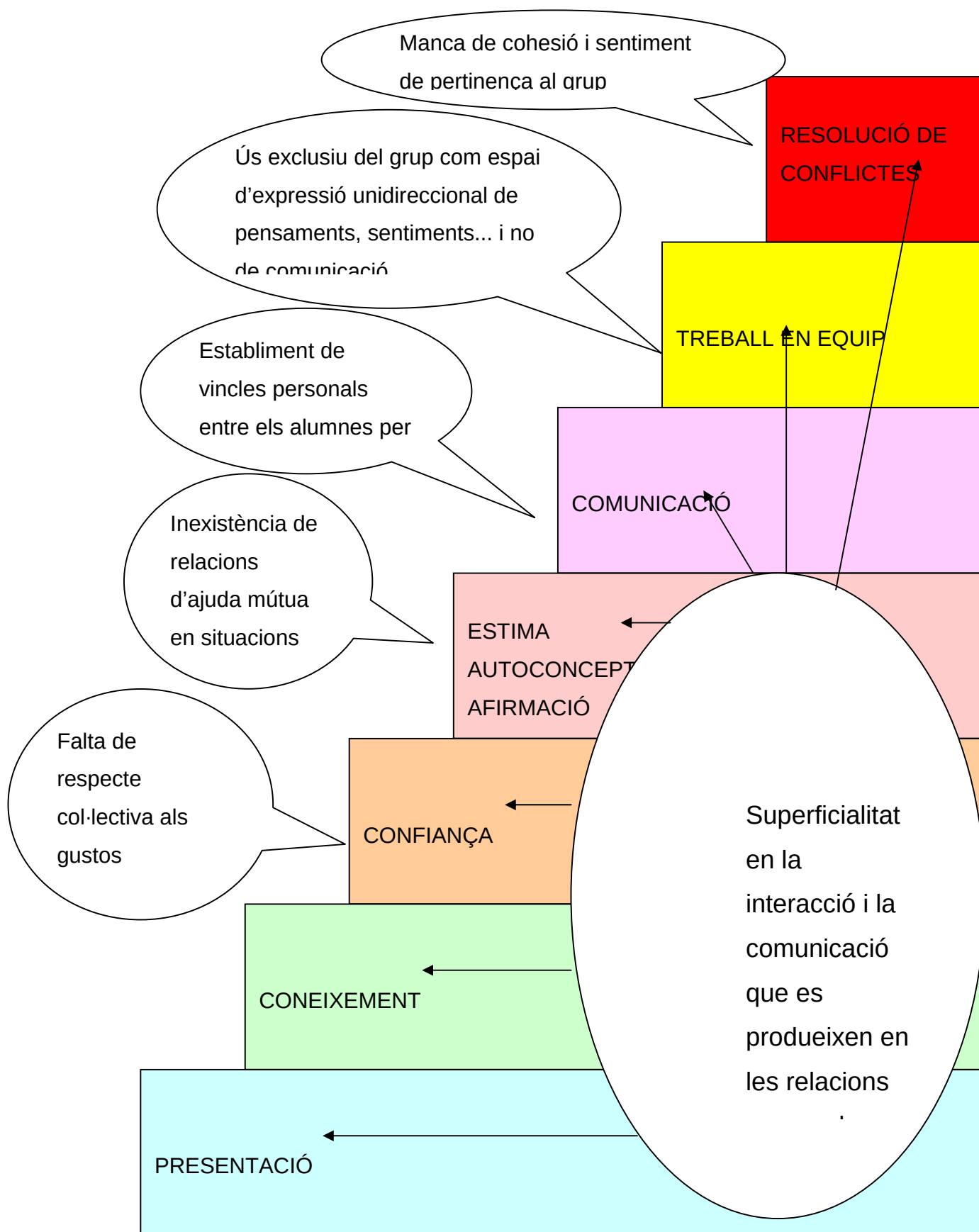
La valoració de l'experiència és una peça clau: què ha passat, posició respecte a l'acció, conclusions...si ho poden relacionar amb experiències de la seva vida quotidiana, o si veuen situacions comparables amb la vida real.

Tots els participants han de ser animats a dir el seu punt de vista personal, cal facilitar l'autoobservació, l'autoexploració. Cal explotar l'intercanvi d'informació relacionada amb l'expressió de sentiments, creences, cal ensenyar a explicitar les emocions, és el nostre motor de futurs canvis actitudinals.

El paper del professor canvia segons el moment del joc, però en la valoració pot ser el d'interpret/guia, el que ajuda a posar les paraules als alumnes, però mai ser jutge. Podem parar atenció al comportament individual i als resultats de grup. L'anàlisi ens permetrà detectar llacunes, punts a compensar, reforçar, continuar treballant amb noves activitats.

ROSA GIL BAYO.

PGS/PTT Lloret de Mar



Presentació: 1. Cadena de noms

2. Objectiu: Aprendre els noms

3. Procediment: Col·locats en cercle. El tutor començo dient el seu nom. El següent per la seva dreta haurà de dir el nom anterior i després el seu. El següent haurà de repetir els noms anteriors abans de dir el seu. La resta del grup pot ajudar. El joc continua amb aquesta dinàmica fins donar tota la volta al cercle.

- Material
- Temps

3. 1 .Alternatives:

Es pot fer un gest , a més a més del nom.

Després canviem de lloc. Cinc a l'atzar aixequen la mà i per ordre de seient anem dient el nom d'aquests cinc.

Posar un "cartellet" a la taula amb el nostre nom, com si fóssim un Organisme oficial (ONU...) i mantenir-ho tot el dia.

En cas que els alumnes ja es coneguin es pot fer amb nom i cognom.

Suggeriments d'anàlisi final

- Importància de la capacitat de memorització.
- Importància de que el professor sàpiga tots els noms. Quan vol cridar l'atenció d'un noi, el cridar-lo pel seu nom fa que s'estableixi una relació més personal. Per tant més efectiva.
- Prenem en consideració la seva identitat: el considerem com a persona, més que com a element d'una classe. És important pel grup.
- Ajuda al alumne a trencar les barreres subjectives. Trenquem "les capelletes" i evitem les "etiquetes".
- Anotar quines estratègies fa servir cadascú per memoritzar (anotar en un paper, anar repetint tots els noms mentre li toca el torn a un altre...) i també el tipus de resposta {bloqueig, riure,...}.
- Fer-los adonar que davant d'una situació d'examen et pots quedar en blanc, et pots deixar impressionar per la situació i no saber respondre, o la por al fracàs et pot fer donar respostes negatives
- (riure, desconcentrar-se,..) que et fa perdre energies i no ser capaç de demostrar els teus coneixements.
- Donar als alumnes al finalitzar l'activitat un full amb la fotografia i nom de cadascú.

Presentació: 2. Anem coneixent els companys

2. Objectiu Conèixer i relacionar-se amb els companys del grup.

3. Procediment:

Es reparteix a tots els alumnes un qüestionari similar al de la pàgina següent :

S'explicarà als alumnes i aclariran els dubtes que hi hagi, si cal es posa un exemple.

Posteriorment es demanarà als alumnes que l'omplin. Posteriorment es fa una posada en comú demanant als alumnes que diguin què han escrit de l'alumne tal.

Grup: Individual - gran grup

Material: Fitxa qüestionari.

Temps: 50 minuts

3. 1 .Alternatives:

4. Sugeriments d'anàlisi final:

L ' alumne farà una valoració sobre què li ha semblat l'activitat. per què li ha estat útil, quines coses noves li ho aportat (per exemple "era conscient d'allò que coneixen els companys d' ell")

El professor pot fer una valoració global de la participació de alumnat: si s'ha respectat el torn de paraula, respecte per les opinions dels altres, atenció, etc. També pot fer una valoració de com està cada individu dins el grup, si n'hi ha alguna amb un determinat rol, etc.

Una altra valoració haurà de venir feta per la pròpia intervenció del professor dins la dinàmica de grup, és a dir, ha tingut en compte que quedessin eludits tots els alumnes (que cap se senti exclòs), que s'hi creï una bona dinàmica de treball .

Sugeriments i generalitzacions.

- Aquesta activitat és adient realitzar-la els primers dies de classe.
- El professor ha de participar amb el qüestionari igual que els alumnes.
- Han de sortir tot els companys com a mínim una vegada.
- Han d'haver-hi com a mínim les mateixes preguntes que persones del grup.
- Hi ha preguntes com la 5, 6 i 7 que ens poden ser molt útils, per tant, caldria fer un buidat.

Avaluació personal de l'activitat

Fitxa de recerca II

1. Una persona del grup que mai hagi sortit d'Espanya
2. Una persona del grup amb la mateixa inicial del seu nom que la meua
3. Una persona del grup a qui li agradin els mateixos esports que a mi
4. Una persona del grup que va néixer fora d'aquesta província
5. Una persona del grup amb els cabells del mateix color que els meus
6. Una persona del grup que tingui els ulls del mateix color que els meus
7. Una persona del grup que hagi llegit el mateix llibre que jo
8. Una persona del grup més jove que jo
9. Una persona del grup que faci anys el mateix mes que jo
10. Una persona del grup que té el mateix número de sabata que jo
11. Una persona del grup que és més alta que jo
12. Una persona del grup que té la mateixa afecció que jo
13. Una persona del grup a qui li agrada el mateix programa de TV que a mi
14. Una persona del grup a qui li agradava el col·legi
15. Una persona del grup que ha viatjat per Europa
16. Una persona del grup a qui m'agradaria conèixer més
17. Una persona del grup que té un cognom que comença amb la mateixa lletra que el meu
18. Una persona del grup que mai ha canviat de casa
19. Una persona del grup que té el mateix nombre de germans i germanes que jo.
20. Una persona del grup o qui li agradin més les matemàtiques que la llengua
21. Una persona del grup que té com a color preferit el vermell

fitxa-1	ANEM CONEIXENT ELS COMPANYS	
AGRUPAMENT:		PARELLES
TEMPS:		50 MINUTS
DESCRIPCIÓ		
Repartim a tots els alumnes un qüestionari. similar al Q1 i, en primer lloc, el tutor donarà les instruccions pertinents i farà un parell d'exemples amb un parell d'alumnes agafats a l'atzar. Es brindarà a aclarir els dubtes que hi hagi i, un cop fet, demanarà als alumnes que es posin a omplir-lo. El tutor amb un qüestionari hi participarà com els mateixos alumnes L'activitat es dóna per finalitzada quan alguns alumnes manifesten que ja han acabat, és a dir, que ja han escrit el nom de tots els seus companys al full. Es pot finalitzar l'activitat demanant als alumnes que aixequin la mà els qui tinguin escrita alguna cosa de l'alumne "X" atenció a qui escollim .		
PROPOSTA DE TREBALL:	DE	Aquesta activitat és especialment adequada per als primers dies del curs, ja que fon el gel inicial que es produeix en un grup que comença. Els professors d'idiomes poden redactar el qüestionari en l'idioma respectiu (atenció al nivell del vocabulari) per combinar un exercici de tutoria amb un d'idioma.
D'ALTRES SUGGERIMENTS:		Ens caldrà una classe lliure de taules i cadires. Aquesta tècnica comporta una gran dosi de soroll, per la qual cosa convindrà fer- la en un lloc adequat. Les preguntes 4-5-6-7 les han d'escriure en silenci abans de posar-se a fer la resta del qüestionari. No es pot repetir cap nom excepte els que s'hagin escrit a les preguntes anteriors. S'ha de fer un buidatge de les preguntes 5-6-7 perquè poden tenir una certa utilitat.

Q1**ANEM CONEIXENT ELS COMPANYYS**

Intenta respondre aquestes preguntes (sense repetir cap nom) dels companys.

Les preguntes amb asteriscs només cal que les responguis tu, sense consultar (si cal, pregunta-li com es diu).

Escriu el nom d'un/a company/a que:

1.- Li agrada el bàsquet
2.- El seu pare o mare es diuen com els meus
3.- Li agrada com canten "ELS PETS"
4.- Ara mateix es veu content (****)
5.- M'agradaria conèixer més (****)
6.- Coneixia poc i m'agrada la seva manera de ser (*'')*
7.- M'agrada com a company /a de grup (****)
8.- Té els cabells del mateix color que els meus
9.- Calça el mateix número de sabates que jo
10.- Estudia música o informàtica
11.- Celebra l'aniversari el mateix mes que jo
12.- Li agraden els animals
13.- Ha sortit d'Espanya alguna vegada
14.- Té algun familiar que viu a l'estranger
15.- Li agrada molt d'anar a la platja
16.- Sempre vol ajudar tothom
17.- Li agraden els gelats
18.- Té un gat o un gos a casa seva
19.- Té els ulls del mateix color que els meus
20.- La setmana passada va anar al cinema
21.- No té ordinador
22.- Té un germà o una germana casats
23.- Ha anat alguna vegada amb avió
24.- Col·lecciona alguna cosa
25.- Porta uns mitjons de color blau
26.- Ha anat de vacances a la muntanya
27.- Esta segur /a que aprovarà el curs
28.- Creu que el terrorisme és un problema greu

fitxa-2	LA TARGETA DE VISITA	
AGRUPAMENT:		INDIVIDUAL- GRAN GRUP
TEMPS:		55 MINUTS
DESCRIPCIÓ		
Donem als alumnes la plantilla P1 de la targeta de visita, que caldrà omplir en tots els seus requadres: en el primer, aficions; en el segon, programes de TV que t'agradi; en el tercer, paraules que defineixin la teva personalitat; en el quart, lloc on t'agradaria viatjar en el cinquè, feines que t'agradaria fer i en el sisè, coses que has fet i que et satisfan. Un cop feta la targeta de visita, es demana als alumnes que treguin un full qualsevol de paper i que hi apuntin alguna cosa que els cridi l'atenció de les targetes dels companys de classe. A continuació es passa la targeta al company assegut a la dreta, que llegirà la targeta i apuntarà quelcom, si ho creu convenient, al full en blanc que ha tret. Quan tothom; tingui novament la seva, s'obrirà un torn de; preguntes sobre les dades apuntades en el paper buit. Convé que el tutor participi en el joc com un component més.		
PROPOSTA DE TREBALL:	DE	Aquesta tècnica, de major riquesa que l'anterior, està prevista d'aplicar dins del primer trimestre. Suposa un pas més per a l'acolliment i la confiança grupal. És especialment necessària per millorar la relació dels alumnes marginats, rebutjats, introvertits,
D'ALTRES SUGGERIMENTS:		Convé que la disposició dels alumnes sigui circular per afavorir la lectura de les targetes. Es pot continuar la tècnica en una segona sessió en que es proposarà que esbrinin el nom de la targeta que el tutor té a les mans. Es faran preguntes que el tutor només podrà respondre amb un SÍ o un NO, fins que encertin l'autor/a de la targeta. Convindrà que el tutor faci una fotocopia de les targetes de visita i la guardi juntament amb les dades de l'entrevista autobiogràfica. La consulta de la targeta de visita és obligada abans de fer una entrevista amb les famílies.

P1

TARGETA DE VISITA

AFICIONS:	TV:	DEFINICIÓ:

NOM:

VIATGE:	FEINES:	SATISFACCIÓ:

FULL DE BUSCAR EL TRESOR**BENVINGUDES BENVINGUTS**

- Busca quatre persones que siguin de llocs diferents al teu.
- Busca a una persona que tingui el mateix hobby que tu.
- Busca una persona que celebri el aniversari el mateix mes que tu.
- Busca alguna persona que necessiti estima “carinyo”. Donant.
- Busca alguna persona que es senti nervios/a per fer això per primera vegada.
- Busca a dos persones i juntes inventeu una consigna. Crideu-la.
- Busca a alguna persona que els peus li facin el mateix olor que a tu.

Parla amb alguna persona que et vulgui explicar perquè ha vingut i no ho hagi explicat a ningú. Retalla la resposta i penja-la a la paret amb el nom de la persona

El que m'agradaria del meu grup...

Contesta aquest qüestionari completant les frases inacabades.

1. Quan al principi de curs em trobo en una classe nova, acostumo a sentir...
2. Quan una classe comença a funcionar, jo...
3. Quan la gent em tracta per primera vegada, jo...
4. Quan formo part d'un classe nova, em trobo més a gust si...
- =====
5. Quan a la classe no hi ha participació i tots callen, acostumo a sentir...
6. Quan en una classe hi ha algú que acapara l'atenció i la participació, jo...
7. Em sento més productiu i més animat a intervenir a la classe quan el professor...
8. Em sento molest quan el professor...
- =====
9. Acostumo a tancar-me en mi mateix i no participar a classe quan...
10. En un classe, el que més por em fa és...
11. Quan algú a classe se sent ferit, jo...
12. El que més em fereix a classe és...
- =====
13. Quan més sol em sento a classe és quan...
14. Els que realment em coneixen saben que jo...
15. Em refio d'aquells companys de classe que...
16. El que em fa senti més tristesa a classe és...
- =====
17. Quan més a prop em sento dels meus companys de classe és quan...
18. A la gent li caic bé quan...
19. Estimar es...
- =====
20. Sento que realment se m'estima a classe quan...
21. Si pogués tornar començar de nou...
22. LA meva major fortalesa és...
23. Jo podria ser...
24. Jo sóc...

DEGRADACIÓ DE LA INFORMACIÓ

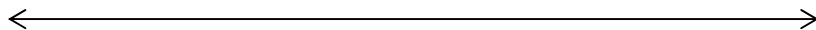
Història d'un pagès

Un pagès de l'oest de Lleida col·loca un sostre prim sobre el seu graner. Poc després un vent huracanat el feu volar i quan el pagès el trobà a vint quilòmetres, estava doblegat i encongint amb impossible reparació.

Un amic i un advocat li digueren que la companyia Ford d'automòbils li pagaria un bon preu per la ferralla i el pagès decidí enviar el sostre a la companyia per veure quant en podia treure. L'embalà en una gran caixa de fusta i l'envià a Avilés, Astúries, posant clarament el remitent perquè la companyia Ford sabel·lís on enviar el xec.

Passades dotze setmanes el pagès no en sabia res de la Companyia Ford. Finalment quan estava apunt d'escriure'ls per saber el que passava, rebé un sobre d'ells. Deia així: "No sabem que xocà contra el seu cotxe però el tindrem reparat per el quinze del mes vinent"

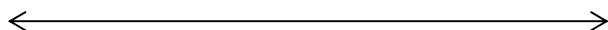
EL QUE JO VULL DIR



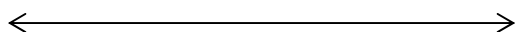
EL QUE JO DIC



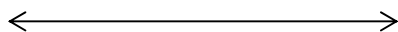
EL QUE ES SENT



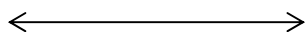
EL QUE S'ESCOLTA



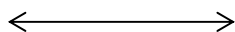
EL QUE ES COMPREN



EL QUE ES RETÉ



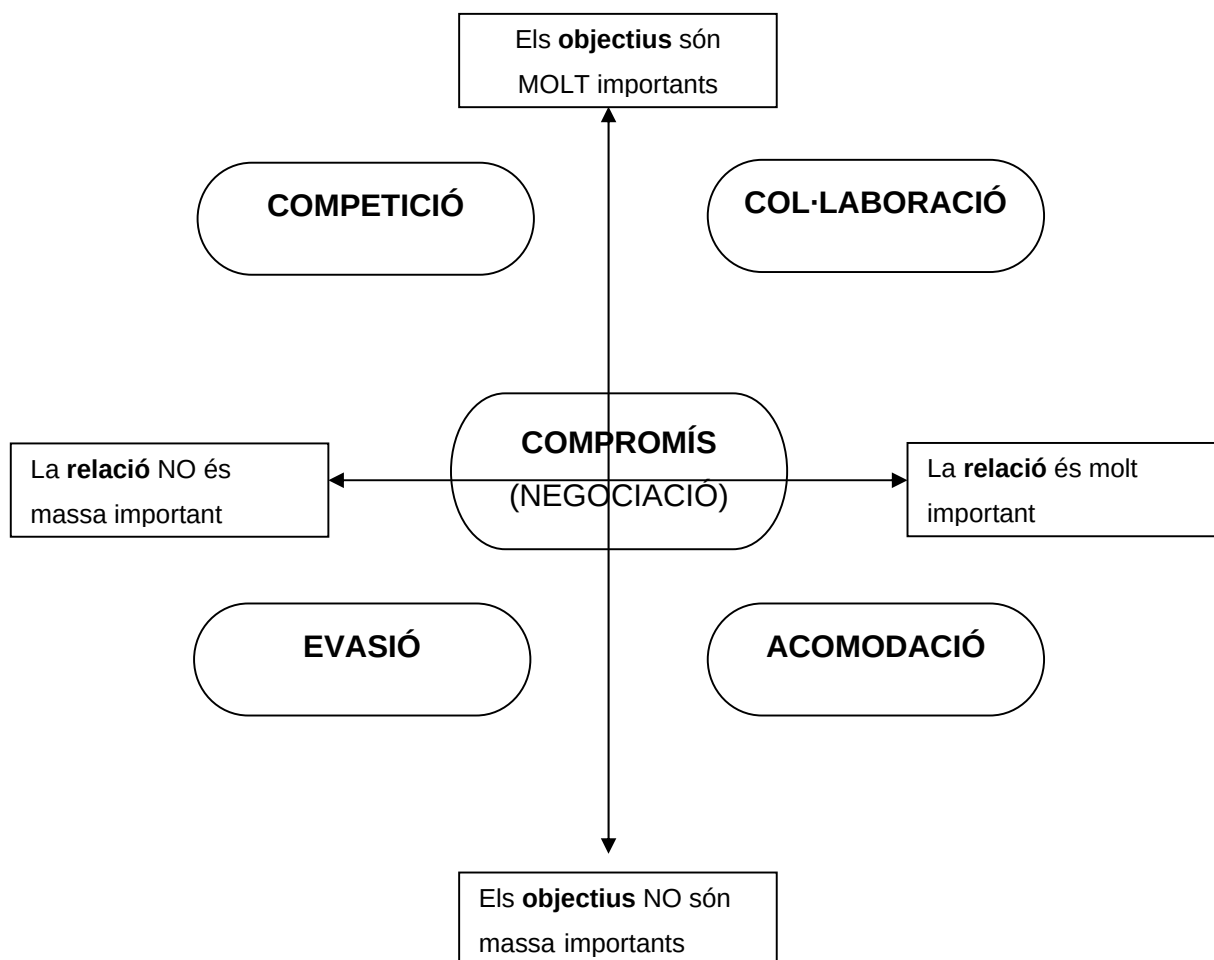
EL QUE ES REPETEIX



Ens recordem de les coses?

Escolta atentament cada una de les cinc versions de la “Història d’un pagès” i anota en el quadre adjunt el detall segons siguin correctes (+), incorrectes (-) o incomplets(+ -).

Història original	V1	V2	V3	V4	V5										
1 un pagès															
2 l'oest de Lleida															
3 un sostre prim sobre el graner															
4 un vent huracanat el feu volar															
5 vint quilòmetres															
6 Doblegat i encongít															
7 un amic i un advocat															
8 Companyia Ford d'automòbils															
9 Un bon preu															
10 Enviar sostre															
11 Quant en podia treure															
12 Gran caixa de fusta															
13 Avilés, Astúries															
14 remitent															
15 Enviar el xec															
16 Passades dotze setmanes															
17 Apunt d'escriure'ls															
18 Rebé un sobre															
19 No sapes que xocà contra el cotxe															
20 al quinze del mes vinent															
	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+

CINC MODELS DE “RESOLUCIÓ” DE CONFLICTES

Les actituds

LES ACTITUDS DEFINEIXEN LA MANERA COM ENS COMPORTEM EN CADA SITUACIÓ, JA SIGUI EN LA NOSTRA VIDA PERSONAL COM LA NOSTRA VIDA PROFESSIONAL.

1. Estàs en una feina en el que durant tot el matí no tens cap feina a fer. Al teu costat hi ha un company que no disposa d'un moment lliure. Durant l'estona que tu no tens treball, que fas?

- ☐ Esperes a que tinguis feina sense fer res ja que no és problema teu.
- ☐ Ajudes al teu company a acabar la seva feina.
- ☐ Passes de tot i te'n vas a prendre un cafè al bar de la cantonada.

2. A la feina, a qui has de tenir més respecte: al cap, als companys, a la dona de fer feines, etc.?

- ☐ S'ha de tenir més respecte al cap, perquè és qui mana.
- ☐ S'ha de tenir el mateix respecte a tothom.
- ☐ Vas a la teva i no tens cap respecte a ningú.

3. Com penses que has de parlar a la feina?

- ☐ A la feina, s'ha de parlar amb la mateixa familiaritat que a casa.
- ☐ A la feina, s'ha de tenir més cura i utilitzar correctament el llenguatge.
- ☐ A la feina, pots parlar com vulguis sense tenir en compte les formes.

4. Si et demanen que repeteixis la feina que acabes de fer, que fas?

- ☐ Ho repeteixes sense protestar.
- ☐ Protestes però ho acabes repetint.
- ☐ Dius que ja ho has fet un cop i que no penses repetir-ho.

5. T'has equivocat i això suposa que tot el treball d'una setmana s'ha de tornar a fer, i només ho saps tu, que fas?

- ☐ Calles, no vols que et "fotin" la bronca.
- ☐ Ho comuniques de seguida perquè la producció de l'empresa esta en perill.
- ☐ Li expliques a un company perquè sigui ell que ho digui.

6. Hi ha molta feina, s'ha de lliurar demà a primera hora, però són les 14 hores i és la teva hora de plegar, que fas?

- ☐ Marxo, ja he fet la meva jornada laboral.
- ☐ Em quedo, és important acabar la feina; demà ja marxaré abans.
- ☐ Em quedo però no sense abans negociar que se'm paguin hores extres.

7. Vas estudiar un Cicle Formatiu de grau Mig d'Electrònica i ara treballes en un taller de reparacions d'aparells de telèfons. Un amic et diu que l'Ajuntament organitza un curs d'especialització en reparació de telefonia mòbil. Que fas?

- ☐ T'apuntes al curs per millorar els teus coneixements.
- ☐ Penses que ja vas formar-te prou a l'Institut, i no cal tornar-ho a fer.
- ☐ Decideixes fer-lo només si t'ho deixen fer en hores de feina.

A QUE ESTAN FENT REFERÈNCIA CADA UNA D'AQUESTES PREGUNTES SOBRE ACTITUDS?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

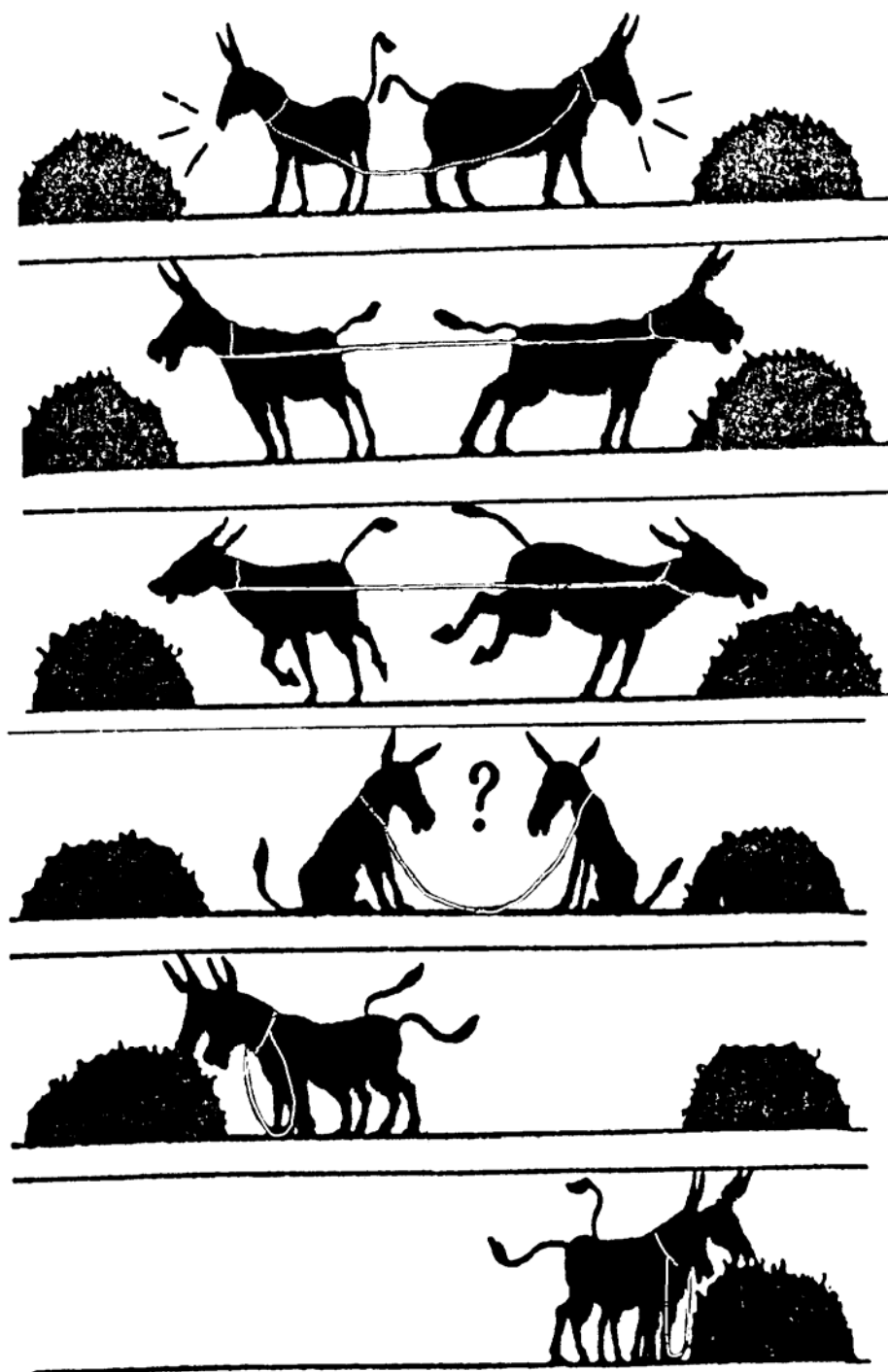
7. _____

ELS VALORS OCUPACIONALS

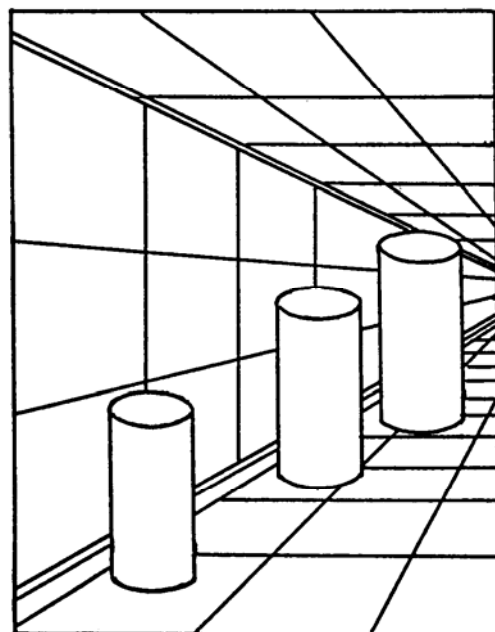
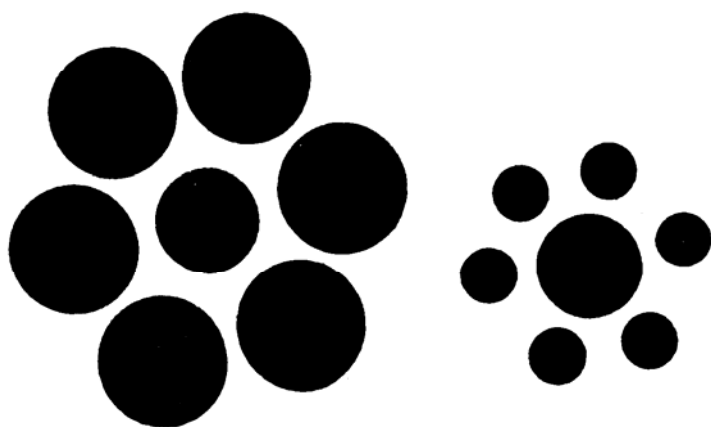
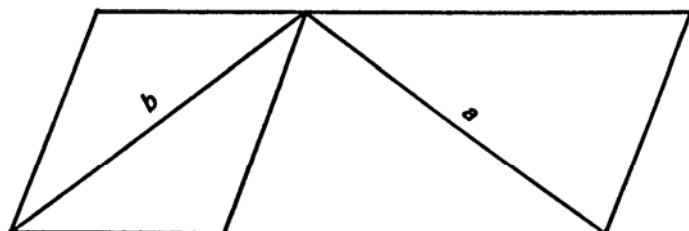
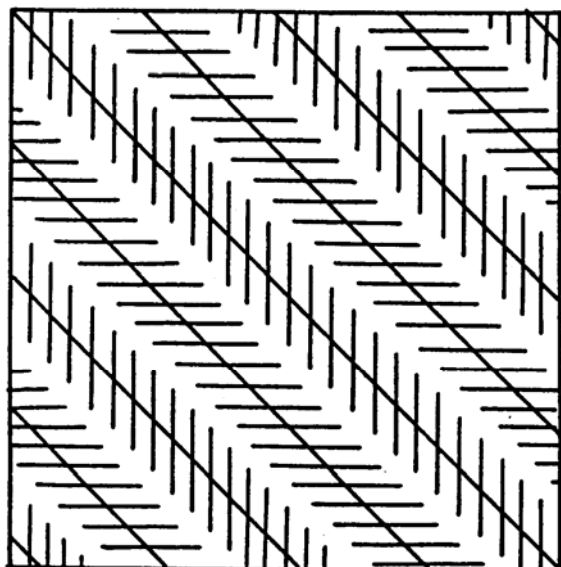
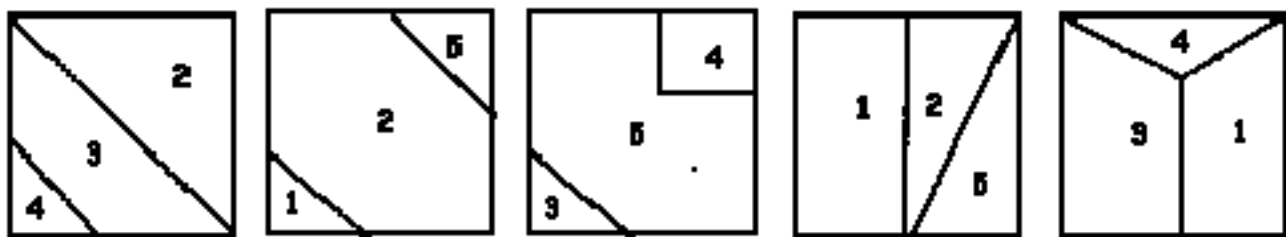
ELS VALORS OCUPACIONALS SÓN ALLÒ QUE LA GENT ESPERA D'UN TREBALL, EL QUE ENS FA SENTIR SATISFETS AMB LA NOSTRA FEINA. NO TOTHOM TÉ ELS MATEIXOS VALORS, NI A TOTHOM LI AGRADA EL MATEIX TIPUS DE FEINA.

Independència	Poder fer les tasques ocupacionals de manera autònoma. Seguir les pròpies idees, sense control extern és a dir, de fora.
Altruisme	Poder ajudar als altres i facilitar el seu benestar.
Treball guiat i supervisat	Actuar sota la direcció d'altres persones, sense que sigui necessari tenir responsabilitats
Creativitat	Fer servir la imaginació per fer coses noves i diferents.
Relació social	Treballar en contacte directe amb persones, conèixer gent, fer amics.
Assumir responsabilitats	Ser el dirigent o el cap d'un equip de treball, ser el líder i el responsable de l'actuació d'un grup
Seguretat en l'ocupació	Tenir un treball fix o estable, en el qual és poc probable que et quedis sense feina.
Activitat rutinària	Treball poc complicat. Normalment, es repeteixen les mateixes tasques.
Varietat diversitat	Tenir l'oportunitat de fer treballs diferents, de poder viatjar fer tasques que impliquin aventura.
Treball competitiu	Que en la teva feina hagis de demostrar cada dia que ho saps <i>fer millor que els altres</i> .
Treball en equip	Fer la feina amb altres companys, on el resultat final de en de tots i no només d'un.
Treballar sol/a	Tasques que impliquen treballar sol
Superar dificultats	Haver de resoldre re tes nous constantment.
Poder aprendre coses noves	Aprendre, progressar. Conèixer, cada vegada més,

	Coses noves sobre la teva feina.
Bon sou	Ser ben pagat pel treball que s'exerceix.
Disposició de temps lliure	Tenir una ocupació que permeti un horari flexible, que es pugui compaginar amb altres activitats
Presti i	Adquirir popularitat destacar sobre els altres.
Bon ambient	Estar a gust a la feina. Tenir bona relació amb els companys.



JOCS DE COOPERACIÓ



PERCEPCIÓ

PUNTS DE VISTA

El llop ferotge

El bosc era la meva llar. Jo hi vivia i m'agradava molt. Sempre tractava de mantenir-lo net i endreçat. Quan...

Un dia assolellat mentre estava recollint les escombraries deixades per uns excursionistes, vaig sentir passes. Em vaig amagar darrera un arbre i vaig veure venir una nena vestida d'una forma molt divertida, tota de vermell i amb el cap cobert, com si no volgués que la veiessin. Naturalment, em vaig posar a investigar. Li vaig preguntar qui era, on anava. D'on venia, etc. Ella em va dir, cantant i ballant, que anava a casa de la seva iaia amb una cistella amb 1 esmorzar. Em va semblar una persona honesta, però estava en el MEU bosc i certament semblava sospitosa amb aquella roba tan estranya; així que vaig decidir donar-li una lliçó i ensenyar-li com és de seriós ficar-se en el bosc sense anunciar-se abans i vestida de forma tan estranya. La vaig deixar seguir el seu camí, però vaig córrer a casa de la seva iaia. En arribar vaig veure una simpàtica velleta i li vaig explicar el problema, ella va estar d'acord que la seva neta mereixia una lliçó. La velleta estava d'acord en romandre amagada fins que jo la cridés. i es, va amagar sota el llit.

Quan va arribar la nena, la vaig, convidar a entrar al dormitori on estava ajagut, vestit amb la roba de la iaia. La nena va arribar enrojolada i em va dir quelcom desagradable sobre les meves grans orelles. He estat insultat abans, així que vaig tractar de ser amable i li vaig dir que, les meves grans orelles eren per a escoltar-la millor. M'agradava la nena i tractava de prestar-li atenció, però ella va fer una altra observació insultant sobre els meus ulls "saltats".

Vostès comprendran que vaig començar a sentir-me malament. La nena tenia una bonica aparença però era .molt antipàtica. Bo i així, vaig seguir la política de posar l'altra galta i li vaig dir que els meus ulls m'ajudaven a veure-la millor. El següent insult si que em va encoleritzar. Sempre he tingut problemes amb les meves dents tan grosses, però aquella nena va fer un comentari-hi molt desagradable. Sé que hauria d'haver-me controlat, però vaig saltar del llit

grunyint i ensenyant-li les dents i li vaig dir que eren grosses per menjar-me-la millor.

Ara siguem seriosos; cap llop pot menjar-se una nena. Tothom ho sap, però aquella nena boja va començar a córrer, al voltant de l'habitació cridant i jo també corria darrera d'ella tractant de calmar-la. Com que tenia posada la roba de la iaia, me la vaig treure, però va ser pitjor, de cop i volta la porta es va obrir apareixent un llenyataire amb una destrat enorme. Jo el vaig mirar i, comprenent que corria perill, vaig saltar per la finestra per fugir.

M'agradaria dir-vos que aquest és el final de la història, però dissortadament no és així, doncs la iaia mai no va explicar la meva part de la història. I no va passar gaire temps sense que es passes la veu que jo era un llop dolent. I tothom va començar a evitar-me.

No sé què li passaria a aquella nena antipàtica i vestida en forma tant estranya, però jo mai més he pogut ser feliç...

- A) Quins eren els teus sentiments vers el llop en "La Caputxeta Vermella", abans d' haver escoltat aquest conte?
- B) Ara que has escoltat la historia del llop, com et sents respecte a ell?
- C) Quins eren els teus sentiments respecte a la Caputxeta Vermella abans d'escoltar aquest conte?
- D) Què penses ara de la Caputxeta Vermella?
- E) Ha existit en la teva vida una situació en què has pensat d una forma i has canviat d'opinió en escoltar el punt de vista d'una altra persona?
- F) Què has après d'aquesta història i de la seva discussió?

ACTUACIÓ IMITACIÓ

Imagina que has de fer davant dels teus companys aquestes actuacions i ordena-les pensant quines et costarien més i quines menys:

- 1- Recitar un vers infantil o cantar una cançó
- 2- Caminar amb dos llibres al cap.
- 3- Parlar durant un minut de les meves qualitats.
- 4- Imitar el cant d'un gall
- 5- Llegir el fragment d'un llibre.
- 6- Parlar durant un minut de com et sents en aquest grup.
- 7- Imitar una persona quan es lleva.

- 1-
 - 2-
 - 3-
 - 4-
 - 5-
 - 6-
 - 7-

LES AGRESSIONS FÍSQUES

Imagina que... un company de classe comença a ficar-se amb tu sense motiu aparent, et dona una empenta, comença a dir-te: Ets un! Ja veuràs tu

1- QUIN ÉS EL PROBLEMA?

Explica el que realment pot haver passat.

Completa

Què sents quant passa una situació com aquesta?

Per què?

Qui ha causat el problema?

Describeix un problema semblant que li hagi passat a un/a company/a

Escriu alguns dels motius més habituals per els que es produeixen agressions (baralles, empentes, enfrontaments,) entre companys/es de classe.

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

En situacions d'enfrontament físic es produeix una alta ANSIETAT . Busca el seu significat i explica'l.

Observa:

Soledad- Jo vaig tenir un problema semblant. Una amiga es va enfadar amb mi i em va començar a pegar-me sense motiu. Em vaig posar molt nerviosa i vaig reaccionar protegint-me.

PER RECORDAR:

En les agressions físiques de vegades no hi trobem motius per explicar-nos per què l'altre persona, degut als seus “motiu” particulars, creu que pot solucionar o “arreglar” les coses a empentes, cops de puny i conductes similars.

No és una manera d'estar en bona convivència amb els companys/es de la classe o del centre.

Treball en equip

Amb els teus companys/es d'equip feu un treball analitzant els motius que donen lloc a agressions físiques.

2- BUSCAR SOLUCIONS

EL PROBLEMA

Imaginat que et creues pel passadís amb un company i, sense voler, li dones un petit cop a la cama. Ell es posa furiós i comença a ficar-se amb tu, t'amenaça i l'agressió sembla imminent.

UN BON FINAL

Al cap de mitja hora aproximadament, En Lluc i tu esteu junts en la classe amistosament.

Digues que pot haver passat per arribar al final feliç (pots afegir solucions)

- ☐ Li he plantat cara i ell s'espanta i m'ha deixat en pau.
- ☐ He "passat" d'ell. No li he fet ni cas i he anat a un altre lloc sense parar-me a resoldre la situació. Senzillament he marxat i ell s'ha quedat molt exaltat.
- ☐ Li he dit al tutor, ja que m'ha arribat a pegar.
- ☐ No he tingut més remei i jo també li he pegat. Ens han separat i ens han portat al cap d'estudis
- ☐ Mi he enfrontat directament, es ha dir, li he dit que fes el favor de deixar-me tranquil, que no s'ho prengué així perquè jo no tenia cap intenció de donar-li cap cop.
- ☐ Hem començat a barallar-nos i els companys en han separat. Ells ens han obligat a fer les paus.

Observa:

Fermí- Un company de classe va començar a ficar-se amb mi i em volia pegar. Va a empentar-me, insultar-me i donar-me cops. Jo no volia entrar en la baralla perquè no és el meu estil ni sabia el que ell volia aconseguir amb aquesta actitud. En aquests moments, la veritat es que no tens temps per parar-te a pensar en el que has de fer, doncs el que tractes de fer es evitar que et continuïn pegant. Tot i així, possibles solucions davant d'una situació d'aquesta classe poden ser:

- 1- Cridar-li també i barallar-me amb ell; jo puc més que ell.
- 2- Defensar-me i dir-li que em deixi tranquil.
- 3- Defensar-me dels seus cops i anar a buscar el més ràpidament possible a un professor.
- 4- Defensar-me i esperar a que algun company ens separi.
- 5- Parar les agressions com pugui i anar-me'n sense fer-ne cas.
- 6- Cridar a alguna persona perquè ens separi.

PER RECORDAR:

Jo també soc capaç de buscar bones solucions sense necessitat de posar-me nerviós/a ni alterar-me

Treball individual:

Segurament coneixes a algun company/a que hagi tingut un problema semblant. Que va fer per solucionar el conflicte?

Quina opinió tens respecte les possibles solucions en que va pensar en Fermí?

Busca solucions per aquest problema:

Un company de la teva classe t'està molestant perquè et sembla que "et té mania". Tu no li has fet res, però ell esta en una actitud amenaçant, insultant-te i donant-te empentes.

Solució 1

Solució 2

PER RECORDAR:

En els problemes d'agressions físiques la reacció de defensa de la nostra integritat personal ha de ser immediata, ja que l'altre persona el que pretén es imposar la seva actitud, idea o conducta de forma violenta, lesionant els drets que tenim a ser respectats i a conviure amb tranquil·litat sense enfrontaments. Després de la natural evitació de l'agressió, es convenient posar en marxa les solucions més adequades per que no es repeteixi l'acció.

Treball en equip:

Fes un comentari amb el teu grup de treball sobre el "per recordar" anterior.

3- LES CONSEQÜÈNCIES

Escull una de les solucions que has proposat en l'apartat anterior respecte el problema d'en Fermí.

Llegeix aquest exemple

Un company de classe va començar a ficar-se amb tu, dient coses i insults que et van posar molt nerviós.

Ell continuava amb la seva actitud i jo _____ fins que ens separaren.

Et sembla _____ o _____ la conseqüència?

Perquè?

Una altre solució que tu proposaries és:

La conseqüència seria que:

Continua analitzant cada solució al problema d'en Fermí i endevina les conseqüències possibles.

1- Cridar-li també i barallar-me amb ell; jo puc més que ell.
El que pot passar és que....

2- Defensar-me i dir-li que em deixi tranquil.
El que pot passar és que....

3- Defensar-me dels seus cops i anar a buscar el més ràpidament possible a un professor.
El que pot passar és que....

4- Defensar-me i esperar a que algun company ens separi.
El que pot passar és que....

5- Parar les agressions com pugui i anar-me'n sense fer-ne cas.
El que pot passar és que....

6- Cridar a alguna persona perquè ens separi.
El que pot passar és que....

7- (inventa una solució)
El que pot passar és que....

4- ESCULL LA MILLOR SOLUCIÓ

Llegeix de nou les SOLUCIONS del problema d'agressivitat dels apartats anteriors.

Quina és la millor solució?

Perquè és la millor solució?

Com et sentiries tu?

Per què?

Com es sentiria una altre persona?

Per què?

AUTOREFORÇ

Pensa en això durant uns minuts

He de sentir-me satisfet i content amb mi mateix quan busco la millor solució per resoldre problemes amb els meus amics i companys.

Feines per casa:

Observa situacions de conflicte en les que s'evita l'agressió física i es dialoga per solucionar-les. Observeu en pel·lícules (encara que sigui difícil) i en les relacions entre iguals, amb adults a casa, al carrer, en qualsevol lloc.