

RECURSOS

PROGRAMA COMVIURE

Creació en el marc del treball d'Aprenentatge-Servei amb els i les alumnes
de 4t d'ESO del INS Maria Espinalt de Barcelona

CURTMETRATGES PER A #SUPERARELBULLYING

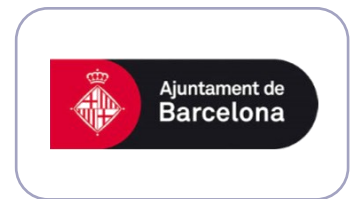
Unitat Didàctica de Prevenció

Aquesta Unitat Didàctica és una proposta de:
Equip SEER (Salut i Educació Emocional)




Continguts amb motiu del:
Programa comViure
Programa per a l'abordatge preventiu del Bullying

En col·laboració amb:



Continguts a càrrec de:
Salut i Educació Emocional SL.
Barcelona, Març de 2021

Dipòsit legal:

 2103157184321



Citar com:

Troya, A, Fernández, S i Ortegón R (2021). *Unitat Didàctica Aprenentatge-Servei en Prevenció per Superar el Bullying*. Barcelona, Editorial Salut i Educació Emocional.

CURTMETRATGES PER A #SUPERARELBULLYING

Unitat Didàctica

[✓] Programa comViure

[✓] Objectius Pedagògics

[✓] Idees per a la dinamització de les activitats

[✓] Idees clau en el treball per a #SuperarelBullying

[✓] Sessió:

Activitat 1 - Com-Visc davant del bullying?

L'ús del llenguatge.

El que sento, el que penso i el que faig davant del bullying.

Que és (per a mi) el bullying.

Activitat 2.1 - La mirada del rol d'observador/a

Visualització del curtmetratge "*El rol d'observadora*".

Ens identifiquem? (Treball de desenvolupament d'aprenentatges).

Activitat 2.2 - La mirada del rol d'agressor/a

Visualització del curtmetratge "*El rol d'agressora*".

Ens identifiquem? (Treball de desenvolupament d'aprenentatges).

Activitat 3 - Preguntes d'autoconeixement

Treball introspectiu: observant el meu món intern.

[✓] Annexos - Fitxes d'acompanyament a la reflexió

Fitxa "*El rol d'observadora*".

Fitxa "*El rol d'agressora*".

Programa comViure

El programa 'comViure' és un **acompanyament** que té la finalitat de facilitar espais vivencials i reflexius en l'àmbit personal d'infants i joves on, a través d'eines de la **prevenció** generem vivències que ajuden a #SuperarelBullying.

Amb aquest programa hem pogut activar **processos en la consciència d'allò que sentim** en relació amb les diverses **circumstàncies emocionalment complexes** que es deriven de la vida en convivència dins els **entorns educatius**. L'objectiu ha estat treballar per aconseguir la construcció d'una **convivència saludable** desenvolupant habilitats socioemocionals i fomentant el **benestar**, tant dels infants i joves, com dels i les professionals.

Durant el 2020 la **Plataforma PDA Bullying**, conjuntament amb **Equip SEER** (Salut i Educació Emocional), **Cinemocional** i l'**INS Maria Espinalt**, amb el suport de l'**Ajuntament de Barcelona** i la **Xarxa dels Drets dels Infants**, va activar el programa 'comViure' d'abordatge preventiu del Bullying. En un treball col·laboratiu entre 'Equip SEER' i 'Cinemocional' es van facilitar activitats i dinàmiques per a l'**entrenament preventiu** d'eines personals a través de l'educació emocional i la metodologia APS (Aprentatge-Servei) i el **treball sensibilitzador** a través d'eines de la creació audiovisual. Aquesta edició del 2020 va concloure amb el rodatge de dos curtmetratges que són amb els que treballarem en aquesta unitat didàctica. El primer dels curtmetratges està centrat en el **rol d'observador/a** que ocupa una persona davant d'una situació de violència en el marc del maltractament anomenat bullying i, el segon se centra en la persona que ha entrat en el **rol d'agressor/a**.

El treball fet pels i les joves de l'INS Maria Espinalt no sols ha aconseguit aquests dos curtmetratges sinó que, amb la creació de fitxes de treball, també han fet que aquests esdevinguin **eines didàctiques** per a la prevenció (provenció i sensibilització) de l'assetjament entre iguals. Una vegada finalitzat el rodatge, l'alumnat de 4t d'ESO de l'INS Maria Espinalt van redactar dues fitxes amb activitats didàctiques com a suport, per facilitar que els curts siguin una eina per a treballar el bullying.



Making-of Programa 'comViure' INS Maria Espinalt




Posem a l'abast aquesta **unitat didàctica** pensada per als i les educadores amb la finalitat d'esdevenir un suport en l'acompanyament de les activitats destinades a treballar l'abordatge preventiu del bullying.

Objectiu Pedagògic

AQUESTA UNITAT DIDÀCTICA ÉS UNA PROPOSTA QUE VOL ACONSEGUIR:

Oferir recursos preventius que permetin acompanyar a reconèixer les emocions sentides en moments de complexitat emocional derivats de la convivència dins l'entorn educatiu.

RECORDA TENIR PRESENT:

-  Fomentar la mirada cap a l'interior com a eina per a la transició emocional positiva.
-  Promoure l'escolta interna en moments de complexitat emocional a través de l'observació de les relacions amb els companys/es i d'altres relacions entre iguals.
-  Fomentar espais participatius on es doni veu a la mirada i les necessitats dels i les joves envers la seva salut emocional.

HABILITATS SOCIOEMOCIONALS QUE ES PODEN POTENCIAR:

Habilitats de la Consciència del Sentir	Habilitats de l'Elecció Personal	Habilitats de la Responsabilitat Individual
Prendre consciència de les pròpies emocions · No judici · Empatia	Gestió de la impulsivitat · Ciutadania cívica i responsable · Apreciació de la diversitat i la interculturalitat	Respecte per la resta · Prevenició i resolució de conflictes · Treball en equip
Continguts Transversals		
Autoconeixement · Resolució de Conflictes · Sensibilització per Superar el Bullying · Dret al Benestar		

Idees per a la dinamització de les activitats

DESTINATARIS:

Infants-Joves entre 10 i 16 anys.

DURADA:

2h de dinamització

MATERIAL NECESSARI: CURTMETRATGES

Ordinador/tablet amb accés a internet i possibilitat de projecció.

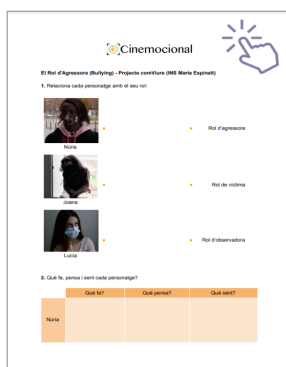


[El Rol d'Agressora \(Bullying\)](#)
[Projecte comViure \(INS Maria Espinalt\)](#)

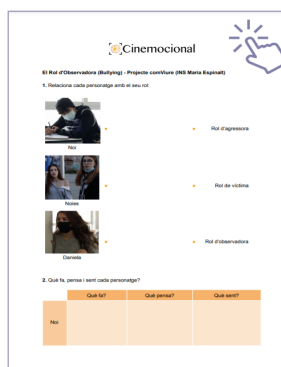


[El Rol d'Observadora \(Bullying\)](#)
[Projecte comViure \(INS Maria Espinalt\)](#)

MATERIAL NECESSARI: FITXES PER ALS INFANTS-JOVES



[Fitxa de treball:
El rol d'agressora](#)



[Fitxa de treball:
El rol d'observadora](#)

SÍNTESI DE LA PROPOSTA:

Aquesta unitat didàctica ofereix una sèrie de recursos i eines que t'ajudaran a oferir espais pel desenvolupament socioemocional i la sensibilització en l'abordatge de diverses circumstàncies de la convivència entre infants i joves.

Com ho farem? Mitjançant la reproducció de dos curtmétratges que posen als infants/joves en dues situacions fictícies en els quals el bullying està present. Els materials ens permetran aprofundir en el que hi ha darrere d'aquestes situacions, emocions i creences, per acabar parlant de comportaments i actituds per superar la violència (com donar resposta i com evitar perpetuar-les).

Per a una o més sessions et proposem diferents activitats per connectar amb les emocions en situacions d'assetjament escolar, conèixer i identificar els rols que existeixen i reflexionar sobre el sentir dels infants i joves quan viuen violències en les relacions entre iguals.

Idees clau per #SuperarelBullying

Abans d'explicar-te les activitats, creiem important poder mostrar-te algunes idees i continguts que de ben segur t'ajudaran a poder facilitar millor els espais preventius d'educació emocional.

Des de la perspectiva del Desenvolupament Socioemocional...

1 UTILITZA UN LLENGUATGE IMPECABLE

És molt important que al llarg d'aquesta sessió fem un bon ús del llenguatge relacionat amb el bullying. Ajuda a fer que els infants i joves es quedin amb aquesta idea en acabar les activitats.

AGRESSOR/A →

No ets agressor/a.

Estàs en rol d'agressor/a.

Pots deixar aquest rol.

VÍCTIMA →

No ets víctima.

T'han posat en rol de víctima.

Pots tenir un altre rol.

ESPECTADOR/A →

"spectare" o "RE-spectaré"?

Estàs en rol d'espectador/a o de respectador/a?

Implicat amb respecte!

Tot i que depèn de la teva facilitació en quin moment vols introduir el concepte de rol per tal de no identificar a la persona amb l'etiqueta, et recomanem fer-ho de manera explícita durant l'activitat 1. Seria convenient que tu com a facilitador/a integressis aquesta forma de mirar i dins del teu discurs per tal de col·laborar en l'erradicació de la violència des del llenguatge.

2 TRENCA CREENCES

EL ROL DE VÍCTIMA

Recorda **evitar en tot moment la revictimització** evitant caure en pensar que, per exemple, la *persona en rol de víctima és dèbil*, en realitat es troba en un moment de vulnerabilitat (qui no, davant la violència, oi?). Ajuda a trencar la mirada que fa petita a la persona que està en aquest rol per tal d'apoderar-la, i és que... el rol de víctima el pot ocupar qualsevol que desataqui a ulls de la persona en rol d'agressor/a.

EL ROL D'AGRESSOR/A

Recorda **evitar en tot moment la criminalització** evitant caure en pensar que, per exemple, la *persona en rol d'agressor/a se sent bé en aquest rol*, en realitat, tothom que té comportaments, actituds i conductes violentes té darrere d'aquestes accions un dolor interior que encara no ha sanat. Ajuda a treballar la gestió emocional buidant la 'motxilla emocional' (càrregues) i traient 'impermeables emocionals' (proteccions).

L'objectiu final és poder acompanyar a reparar malestars ocults que es fan visibles quan "toquem" les inseguretats, els temors i les pors, les tristeses i els neguits.

EL ROL D'ESPECTADOR/A

Recorda **potenciar en tot moment el paper del grup**, ja que, com saps, el bullying és un maltractament que requereix el suport del grup per poder mantenir-se en el temps. Treballa per evitar caure en pensar que, per exemple, el grup no pot fer res, perquè en realitat és qui més preparat està per poder aturar la violència, reorientar la mirada cap al benestar i reparar el dolor viscut

3 QUÈ MIREM QUAN MIREM UN INFANT O JOVE?

Hem de procurar que la mirada que tenim envers l'infant o el/la jove sigui integral. Mirar més enllà de què fa ens ajuda a poder trobar elements del seu món interior i, així, poder comprendre millor les seves necessitats.

Et proposem una mirada des del triangle de la personalitat:

FER:

Aquí trobaràs la conducta, el comportament o l'actitud. També és la part més visible on es poden situar les etiquetes o els rols.

PENSAR:

Aquí trobaràs la mirada, la forma de veure les coses. Si estem atents/es, podem detectar creences i patrons, també expectatives, percepcions i valors.

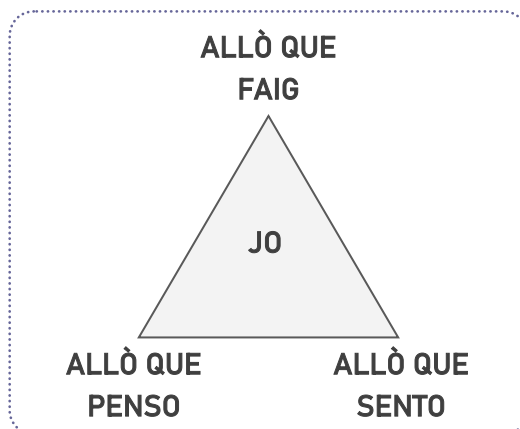
SENTIR

Els éssers humans ho sentim tot, més enllà de les emocions també sentim estats d'ànim i sentiments. Quin és el Mapa Emocional de cada infant/jove? I el teu?

JO

Al nostre 'centre personal' trobem el Jo. La forma de treballar-ho en l'autoconeixement és a través de la mirada a les habilitats (fortaleses, capacitats, qualitats, etc.), l'autoestima, el benestar i la felicitat. Quan mirem aquí, miro qui és aquell infant o jove, ell o ella és molt més del que sent, pensa o fa.

Mirar des del triangle de la personalitat implica mirar de forma integral a l'infant o jove, però també implica saber des d'on miro jo com a educador/a. Quines emocions hi ha darrere del que veig? Quina és la meva mirada cap a un rol concret? Quines habilitats poso en joc per donar resposta a la necessitat de prevenir el bullying amb el meu grup?





Activitat 1 - Com-Visc davant del bullying?

20-25 minuts

1- OBJECTIU DE L'ACTIVITAT

L'activitat 'Com-Visc davant del bullying?' vol aconseguir:

 Definir un punt de partida comú en el que tots i totes compartim la mateixa definició de "bullying".

 Fomentar l'ús d'un llenguatge saludable que ajudi a no identificar la persona amb les etiquetes o rols.


2- SÍNTESI DE L'ACTIVITAT

Activitat on treballem, abans dels curtmetratges, el concepte de bullying i com ens sentim, pensem i què fem quan hi ha violència.

3- ABANS D'INICIAR L'ACTIVITAT

PREPARAT PER FACILITAR:

Com que l'activitat tracta d'acompanyar la reflexió, utilitza la **pedagogia de la pregunta** com a recurs.

 Pensa en diferents formes de preguntar que ajudin a indagar sobre el concepte bullying i què fem, pensem i sentim davant d'aquest tipus de maltractament.

Tens clar què és Assetjament entre Iguals?
Bullying és...

<< Un maltractament basat en la persecució moral i/o física, sempre psicològica, que neix a entorns educatius on un o més infants o joves exerceixen abús de poder sobre un/a altre/a >>

Idees clau quan hi ha un cas quan...


- 1- La relació s'origina a un entorn educatiu.
- 2- La violència és continuada en el temps, per tant hi ha un maltractament.
- 3- Hi ha un grup.
- 4- Hi ha un abús/diferència de poders.
- 5- Hi ha dolor sostingut en el temps.

PREPARA ELS RECURSOS I MATERIALS:

- Materials per fer la Part 1:

 Pissarra i guixos o retoladors.

- Materials per fer la Part 2:

 Crea tres cartells amb aquestes paraules.

SENTIR	PENSAR	FER
--------	--------	-----

PREPARA EL GRUP

- Fes una ràpida introducció sobre el que fareu al llarg de la sessió i comparteix que ara, abans de veure els curtmetratges, iniciareu pensant primer en algunes idees clau.

- Explica que serà una unitat didàctica que treballarem durant un parell d'hores repartides en les sessions que decideixis, on la temàtica principal serà la sensibilització del bullying.

- Explica que en aquestes activitats treballarem amb dos curtmetratges realitzats per l'alumnat de l'institut Maria Espinalt de Barcelona.

4- DINAMITZACIÓ DE L'ACTIVITAT (PART 1)

Explica que per poder entendre aquests curtmetratges serà genial, abans, tenir clar entre vosaltres (tot el grup), què és el bullying.

Proposa'ls definir-ho plegats, pregunta'ls i apunta a una meitat de la pissarra tots els elements que surtin del grup.

DINAMITZA LA REFLEXIÓ

El moment per la reflexió arriba quan ja tens un bon gruix d'idees apuntades a un costat de la pissarra.

A l'altre costat de la pissarra identifica les 5 idees clau necessàries perquè sigui un cas de bullying:

5 idees clau quan tipifiquem un cas. 

5- DINAMITZACIÓ DE L'ACTIVITAT (PART 2)

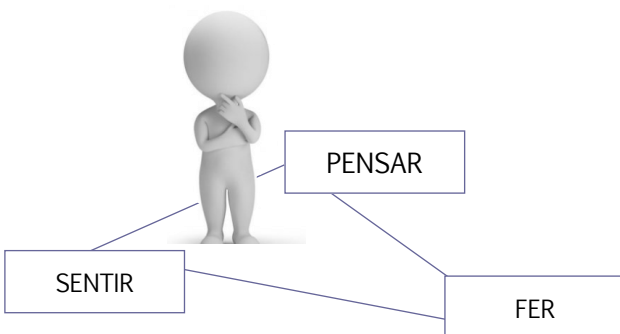
Explica que per poder reflexionar sobre els curts-metratges voldreu veure com se senten, què pensen i que fan els personatges.

Per poder preparar-vos, pregunta'ls **com se senten, què pensen i què fan quan hi ha violència?**

DINAMITZA LA REFLEXIÓ

Utilitza els cartells de "sentir", "pensar" i "fer" per fer visible quan algú estigui parlant d'un d'aquests temes.

Pots col·locar-les en forma de triangle enganxades a la paret o a terra com a un petit "mapa".



Mentre parlem de diferents violències ajuda'ls a conscienciar en tot moment quan estan parlant d'emocions que senten, de pensaments o creences, o de comportaments i actituds.

Exemples de violències que poden formar part d'un cas de bullying:

- | | | |
|-----------------------|----------------|-------------------|
| - Amençar | - Increpar | - Ridiculitzar |
| - Burlar-se | - Infravalorar | - Rumorejar |
| - <i>Body Shaming</i> | - Insultar | - Robar |
| - Controlar | - Intimidar | - Turmentar |
| - Denigrar | - Manipular | - <i>Trollear</i> |
| - Discriminar | - Menysprear | - Vexar |
| - Excloure | - Menystenir | - [...] |
| - Fer el buit | - Ofendre | |
| - Humiliar | - Provocar | |

6- TANCAMENT I TRANSFERÈNCIA

Acompanya a fer que totes les reflexions que han sortit siguin una bona base per l'anàlisi dels curts-metratges.

Ara, des d'aquesta reflexió de l'Activitat 1, ja pots treballar amb més connexió empàtica amb els personatges.

Aquesta mirada us ajudarà a aprofundir més en què passa quan ens trobem situacions que poden esdevenir casos de bullying.


Comparteix preguntes que es poden fer en veure els materials:


- QUÈ ESTÀ FENT AQUEST ADOLESCENT?
- QUÈ DEU ESTAR PENSANT?
- QUÈ DEU ESTAR SENTINT?

Activitat 2.1 - La mirada del rol d'observador/a

45-50 minuts

1- OBJECTIU DE L'ACTIVITAT

 Prendre consciència de com és de rellevant el rol d'espectador/a (observador/a) per poder aturar una situació de violència.

 Fomentar la responsabilitat de l'espectador/a davant l'aturada de la violència.


2- SÍNTESI DE L'ACTIVITAT


Activitat on treballem a través dels curtmetratges el paper de l'espectador/a amb la finalitat d'apoderar la capacitat que tenim per aturar una situació de violència al nostre grup.

3- ABANS D'INICIAR L'ACTIVITAT

PREPARAT PER FACILITAR:

Mira el "[Vídeo rol d'observadora](#)" per entendre millor l'activitat. Llegeix la proposta d'activitats i, si ho creus necessari, adapta-les a les necessitats del teu grup.

 Ningú millor que tu coneix el teu grup, per tant, sigues flexible i dona't la llibertat d'utilitzar aquesta guia com a inspiració.

 És necessari que visualitzis els curtmetratges prèviament, que consultis les dues fitxes amb els quals hauran de treballar els infants/joves, perquè si hi ha algun dubte, que primer te l'hagis pogut plantejar tu.

Tens clar qui és l'espectador/a?

Acostumen a ser aquelles persones que formen part del grup, però també ho són les famílies i ho som els i les educadores.

PREPARA ELS RECURSOS I MATERIALS:

- Imprimeix 3 còpies de la fitxa:

 "[Fitxa vídeo rol observadora](#)".

PREPARA L'ESPAI

Distribueix l'aula de tal forma que puguis tenir tres grups treballant còmodament. Defineix aquests tres espais.

PREPARA EL GRUP

Per realitzar aquesta activitat i fomentar que treballin en equip, et demanem que divideixis la classe en 3 grups (és per això que només has d'imprimir 3 fitxes, una per cada grup).

El grup hauria de quedar dividit en 3 petits grups, però tu decideixes si és millor donar als infants/joves la responsabilitat de fer-los ells i elles els o fer-los tu prèviament (si és així, prepara abans la teva estratègia).

4- DINAMITZACIÓ DE L'ACTIVITAT

PAS 1

Reprodueix el curtmetratge de tal forma que tot el grup pugui veure'l amb atenció.

PAS 2

Un cop visualitzat, obre una ronda de preguntes sobre el vídeo per assegurar-te que tot s'ha entès. Et convidem a que llencis almenys, aquestes dues preguntes al grup:

a) "Hi ha alguna paraula que no s'hagi entès?"

b) "Algú vol comentar algun dubte respecte al vídeo?"

Un cop t'has assegurat que el vídeo s'ha entès, reparteix una "Fitxa del vídeo rol d'observadora" a cada grup (les que prèviament has imprès) i, entre tota la classe, feu conjuntament l'exercici 1.

Tots i totes juntes identifiqueu que el noi ocupa el rol de víctima, la Daniela el rol d'observadora, i les noies el rol d'agressores.

ATENCIÓ! Aquest és el moment de donar importància a la paraula "ROL".

PAS 4

En aquest moment, comuniquem a la classe que hi haurà una segona visualització del curt, però aquest cop, demanem que cada grup se centri només en un rol i que observi el triangle: “Què està sentint”, “Què està pensant” i “Què està fent”.



GRUP 1: el noi.

GRUP 2: les noies.

GRUP 3: la Daniela.

D'aquesta manera, aquesta segona visualització del curt servirà perquè un dels grups se centri exclusivament en “Què està sentint”, “Què està pensant” i “Què està fent” el noi en rol de víctima; un altre dels grups se centri exclusivament en “Què estan sentint”, “Què estan pensant” i “Què estan fent” les noies en rol d'agressores; i l'últim grup se centrarà en “Què està sentint”, “Què està pensant” i “Què està fent” la Daniela que ocupa el rol d'espectadora (observadora).

És necessari que abans de passar al PAS 5, cada grup sàpiga en qui s'ha de fixar durant aquesta segona reproducció del curt.

PAS 5

Un cop sabem en quin rol se centrarà cada grup, passem a la segona visualització del curtmetratge “El rol d'observadora”.

PAS 6

Ara, deixa uns minuts perquè entre tot el grup omplin la fitxa de manera conjunta compartint reflexions i pensaments sobre el vídeo.

- GRUP 1: s'ha centrat en el noi (rol de víctima), per tant omple només la part de la taula referent al noi i reflexiona sobre la pregunta 3.

- GRUP 2: s'ha centrat en les noies (rol d'agressores), per tant omple només la part de la taula referent a elles i reflexiona sobre la pregunta 4

- GRUP 3: s'ha centrat en la Daniela (observadora), per tant omple només la part de la taula referent a la Daniela i reflexiona sobre la pregunta 5.

PAS 7

Un cop passats aquests minuts en que el grup ha estat treballant amb el seu rol en concret (rol de víctima, d'agressores, o d'observadora), passa a fer una posada en comú del que han estat treballant.

També aprofita aquest espai per compartir reflexions, pensaments i emocions sobre aquest curt que esteu treballant.

ATENCIÓ!: En aquest moment és important parlar de la importància i la responsabilitat de l'observador/a en l'aturada de la violència.

5- TANCAMENT I TRANSFERÈNCIA

Si ho creus adient, seria genial que puguis relacionar les reflexions amb algun fet que hagi passat a la classe, podeu aprofitar el que heu estat treballant en aquesta activitat per preguntar si algú és conscient que en algun moment ha estat en rol d'espectador/a davant d'una situació de bullying. Si és així pots convidar-lo/la a compartir el que va viure (sense donar noms ni fer-ho des de la culpabilització), li pots preguntar (què va sentir?, què va pensar? i què va fer?).

També, si veus que el grup està participatiu, pots intentar generar un altre final pel curtmetratge, un final alternatiu pensat pel teu grup.


Per pensar-hi, pots llançar algunes preguntes com:


- a) en una situació així, quin rol adoptaríeu?
- b) com t'agradaria que actuessin els teus amics o amigues?
- c) què faria la millor versió de tu?

Activitat 2.2 - La mirada del rol d'agressor/a

45-50 minuts

1- OBJECTIU DE L'ACTIVITAT

 Trencar creences que revictimitzen i allunyen el grup d'una resolució positiva dels conflictes.

 Fomentar la comprensió de la vulnerabilitat que hi ha quan a algú el fan entrar en rol de víctima.


2- SÍNTESI DE L'ACTIVITAT


Activitat on treballem a través dels curtmetratges la diferència entre ser dèbil i trobar-se en situació de vulnerabilitat.

3- ABANS D'INICIAR L'ACTIVITAT

PREPARAT PER FACILITAR:

Mira el "[Vídeo rol d'agressora](#)" per entendre millor l'activitat. Llegeix-te la proposta d'activitats i, si ho creus necessari, adapta-les a les necessitats del teu grup.


 Ningú millor que tu coneix el teu grup, per tant, sigues flexible i dona't la llibertat d'utilitzar aquesta guia com a inspiració.

 És necessari que visualitzis els curtmetratges prèviament, que consultis les dues fitxes amb les quals hauran de treballar els infants/joves, perquè si hi ha algun dubte, que primer te l'hagis pogut plantejar tu.

Tens clar qui és la persona en rol d'agressor/a?
Qui agredeix en un cas de bullying és...

Algú que s'està relacionant a través de la violència amb una persona a qui ha situat en rol de víctima. No és agressor/a, està en aquest rol.

PREPARA ELS RECURSOS I MATERIALS:

 - Imprimeix 3 còpies de la fitxa:

"[Fitxa vídeo rol agressora](#)".

PREPARA L'ESPAI

Mantingues la distribució de l'activitat 2.1 o prepara-la de tal forma que puguis tenir tres grups treballant còmodament en espais definits.

PREPARA EL GRUP

Per realitzar aquesta activitat i fomentar que treballin en equip, et demanem que mantinguis la classe en 3 grups com s'ha treballat a l'activitat 2.1, si ho estàs fent en dies diferents, tornar a crear 3 grups.

4- DINAMITZACIÓ DE L'ACTIVITAT

PAS 1

Reprodueix el curtmetratge de tal forma que tot el grup pugui veure'l amb atenció.

PAS 2

Un cop visualitzat, obre una ronda de preguntes sobre el vídeo per assegurar-te que tot s'ha entès. Et convidem a que llencis almenys, aquestes dues preguntes al grup:

a) "Hi ha alguna paraula que no s'hagi entès?"

b) "Algú vol comentar algun dubte respecte al vídeo?"

Un cop t'has assegurat que el vídeo s'ha entès, reparteix una "Fitxa del vídeo rol d'agressora" a cada grup (les que prèviament has imprès) i, entre tota la classe, feu conjuntament l'exercici 1.

Tots i totes juntes identifiqueu que la Núria ocupa el rol de víctima, la Joana el rol d'observadora, i la Lucia el rol d'agressora.

ATENCIÓ! Durant la realització de l'activitat 2.1 en aquest punt donàvem importància a la utilització de la paraula "ROL". Revisa-ho, ja ho han integrat al seu vocabulari?

PAS 4

En aquest moment, comuniquem a la classe que hi haurà una segona visualització del curt i que novament demanem que cada grup se centri en observar el triangle (“Què està sentint”, “Què està pensant” i “Què està fent”) d'un rol diferent del que van observar a l'activitat 2.1.



ROLS: persona en rol de víctima, en rol d'agressora i en rol d'observador/a.

Per exemple, si el grup 1 va treballar persona en rol de víctima en el primer curt, ara en el segon curt, el grup 1 treballarà la persona en rol d'observadora.

De la mateixa manera que ho vam fer amb el vídeo en què treballàvem la importància de la persona en rol d'observadora, ara tornarem a demanar a cada grup que se centri només en “Què està sentint”, “Què està pensant” i “Què està fent” la persona que ocupa cada rol (la Núria, la Joana, o la Lucía). És necessari que abans de passar al PAS 5, cada grup tingui clar en qui s'ha de fixar durant aquesta segona reproducció del curt.

PAS 5

Un cop sabem en quin rol se centrarà cada grup, passem a la segona visualització del curtmetratge “El rol d'agressora”.

PAS 6

Ara, deixa uns minuts perquè entre tot el grup omplin la fitxa de manera conjunta compartint reflexions i pensaments sobre el vídeo.

- GRUP centrat en la Núria (rol de víctima): omplir només la part de la taula referent a la Núria i reflexionar sobre la pregunta 3.

- GRUP centrat en la Joana (rol d'observadora): omplir només la part de la taula referent a la Joana i reflexionar sobre la pregunta 4 .

- GRUP centrat en la Lucía (rol d'agressora): omplir només la part de la taula referent a la Lucía i reflexionar sobre la pregunta 5 .

PAS 7

Un cop passats aquests minuts en què el grup ha estat treballant amb el seu rol en concret (rol de víctima, d'agressores, o d'observadora), passa a fer una posada en comú del que han estat treballant per tant que tothom tingui la mateixa informació.

També aprofita aquest espai per compartir reflexions, pensaments i emocions sobre aquest curt que esteu treballant.

ATENCIÓ! En aquest moment és important parlar de la diferència entre vulnerabilitat i debilitat.

5- TANCAMENT I TRANSFERÈNCIA

Si ho creus adient, aquí també seria genial que puguis relacionar les reflexions amb algun fet que hagi passat a la classe, podeu aprofitar el que heu estat treballant en aquesta activitat per preguntar si algú és conscient que en algun moment ha estat en rol d'agressor/a provocant així situacions de bullying. Si és així pots convidar-lo/la a compartir el que va viure (sense donar noms ni fer-ho des de la criminalització), li pots preguntar (com se sent ara?, què pensa ara? i què pot fer ara quan veu violència?).

També, si veus que al grup li costa la participació pots obrir temes que generin debat i potser han passat desapercebuts.

Per obrir debat, pots preguntar...


- a) està justificada la violència que fa la Lucía?
- b) és bullying el que li fan a la Núria?
- c) es pot aturar la violència amb més violència?
- d) què li passa a un grup que discrimina? Quina és la seva mirada? i les seves raons?


Ajuda al grup a trencar creences que sostinguin la violència i a construir formes sanes de relació.

Activitat 3 - Preguntes d'autoconeixement

15-25 minuts

1- OBJECTIU DE L'ACTIVITAT

 Proporcionar un ambient d'escolta interior, on la confiança i l'expressió emocional esdevinguin eines per a l'abordatge de les violències.


 Consolidar els aprenentatges a través de la creació de preguntes per a l'autoobservació personal.

2- SÍNTESI DE L'ACTIVITAT

Activitat posterior a la visualització dels curtmetratges pensada per ajudar a l'escolta interna i connectar amb el "Jo" de cada infant/jove. Entrenem l'autoconeixement a través de la construcció de preguntes d'autoobservació (triangle de la personalitat).

3- ABANS D'INICIAR L'ACTIVITAT

PREPARAT PER FACILITAR:

 Si el teu grup pogués parlar amb els nois i noies (personatges) dels curtmetratges, **quines preguntes t'agradaria que els hi fessin?**

Prepara't per acompanyar a la construcció de preguntes tenint com a guia el "triangle de la personalitat" (allò que sentim, allò que pensem i allò que fem).

PREPARA ELS RECURSOS I MATERIALS:


- Un full DIN-A4 i un bolígraf per a cada integrant del grup.

PREPARA L'ESPAI

En un moment posterior al visionat dels vídeos, prepara un espai que t'ajudi a generar reflexió i introspecció.

PREPARA EL GRUP

Explica al grup que avui treballareu imaginant que teniu una trobada amb els personatges dels curts, i que el vostre objectiu serà ajudar-los a fer que es coneguin una mica més com a persones.

 Demana'ls que intentin connectar amb aquelles persones que alguna vegada els han fet preguntes que els han ajudat a conèixer-se més com a persones. Que s'inspirin en aquelles bones preguntes.

4- DINAMITZACIÓ DE L'ACTIVITAT

PAS 1

Demana a cadascú que, en un full DIN-A4, dibuixi un 'triangle de la personalitat'. Allà, a cada vèrtex recollirem les idees de preguntes que es construiran.

PAS 2

Demana'ls que escriguin preguntes que farien als personatges en relació amb:

- Com se senten? - SENTIR
- Quins són els seus pensaments? - PENSAR
- Com es podrien comportar? - FER

Mira els exemples que et deixem a la pàgina 14.

PAS 3

Compartiu en grup les preguntes que ha fet cadascú per veure la profunditat, les temàtiques, els interessos, etc.

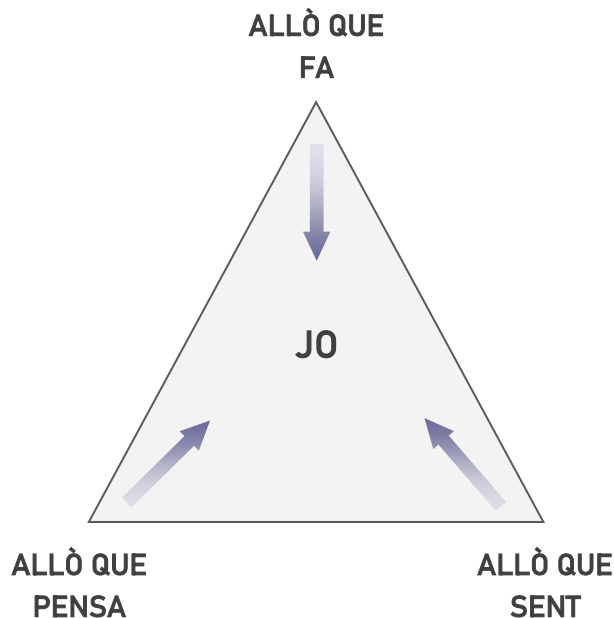
5- TANCAMENT I TRANSFERÈNCIA

Proposa que per parelles es facin les preguntes l'un a l'altre intercanviant papers. La idea és que *"a mi em facin les preguntes que jo he creat"*.

Ajuda al teu grup a conèixer-se millor a través de les preguntes que han construït.

6- EXEMPLES DE PREGUNTES

- Què vas fer per sentir-te millor durant el que va durar el cas?
- Què li diries a algú que està en una situació similar?
- Quines coses no faries ara?
- Quines coses vas fer per intentar arreglar la situació i no van sortir bé? Per què?
- Què creus que, si ho haguessis fet, hauria canviat les coses a millor?
- [...]



- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">→ Creus que el rol que vas tenir en aquella situació et representa? És la millor versió de tu?→ T'ha agradat com es va resoldre la situació?→ Què necessitaves en aquell moment per sentir-te millor?→ Què creus que necessitaven les altres persones implicades?→ Volies que hi hagués violència al teu grup?→ Penses que tu o algú es mereixia el que va passar?→ [...] | <ul style="list-style-type: none">→ Sents dolor quan ets conscient del que ha passat al teu grup (bullying)?→ Hi ha tristesa en tu? Què et fa sentir trist/a?→ Hi ha ràbia en tu? Què t'enfada de la forma d'actuar dels teus companys/es?→ Et sents culpable per alguna raó?→ Què et fa por de com vas comportar-te?→ Sents angoixa quan no saps resoldre un conflicte? Què diu de tu aquesta emoció?→ Com es van sentir els altres quan van saber que tu estaves en aquest rol?→ [...] |
|---|---|

Annex 1 - Fitxa “El rol d’observadora”

Per imprimir: [“Fitxa vídeo rol observadora”](#)

EL ROL D’OBSERVADORA (BULLYING) Projecte comViure (INS Maria Espinalt)

1- Relaciona cada personatge amb el seu rol:



noi



Rol Agressor/a



noies



Rol Víctima



Daniela



Rol Observador/a

2- Què fa, pensa i sent cada personatge?:

	Què fa?	Què pensa?	Què sent?
Noi			
Noies			
Daniela			

3- Creus que el noi és una persona dèbil? Per què?

4- Creus que les noies són males persones? Per què?

5- Creus que el que fa la Daniela serveix per a alguna cosa? Per què?

Annex 2 - Fitxa “El rol d’agressora”

Per imprimir: [“Fitxa vídeo rol agressora”](#)

EL ROL D’AGRESSORA (BULLYING) Projecte comViure (INS Maria Espinalt)

1- Relaciona cada personatge amb el seu rol:



Núria



Joana



Lucia



Rol Agressor/a



Rol Víctima



Rol Observador/a

2- Què fa, pensa i sent cada personatge?:

	Què fa?	Què pensa?	Què sent?
Noi			
Noies			
Daniela			

3- Creus que la Núria és una persona dèbil? Per què?

4- Creus que el que fa la Joana serveix per a alguna cosa? Per què?

5- Creus que la Lucia és una mala persona? Per què?



www.salutieducacioemocional.com