

POTS SER TU, PUC SER JO

TEATRE SOCIAL SOBRE
SALUT MENTAL JUVENIL

GUIA DIDÀCTICA

amb la col·laboració de Núria Reig i Marta Sells



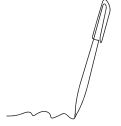
Amb la direcció de **Joan Lluís Bozzo** i
la col·laboració d'**ITA Salut Mental** i
la psicòloga sanitària **Núria Reig**



@ENRAONATEATRE

TEATRE SOCIAL, PEDAGÒGIC, TERAPÈUTIC I INCLUSIU

SINOPSI, PERSONATGES I TEMÀTICA



Fes una breu sinopsi de l'obra.

Describeu cadascun dels personatges i els seus conflictes.

Quins són els temes principals dels quals tracta l'obra?

EL BULLYING ESCOLAR

Com viu la Clàudia el bullying que pateix a l'institut i quines conseqüències té per a ella?

Què creus que haurien pogut fer els seus companys per evitar-ho?



Penses que la vida de la Clàudia hauria sigut diferent si no hagués patit bullying? Per què?

EL BULLYING ESCOLAR

Fes un llistat dels comportaments que tenen els teus companys amb tu o frases que et diuen. A l'esquerra posa-hi les coses que t'agraden i a la dreta les que no t'agraden.

M'AGRADA
O EM FA SENTIR BÉ



NO M'AGRADA
O EM FA SENTIR MALAMENT



ELS ABUSOS SEXUALS

**Quina és l'ambivalència que sent la Txell envers el seu abusador?
Per què?**

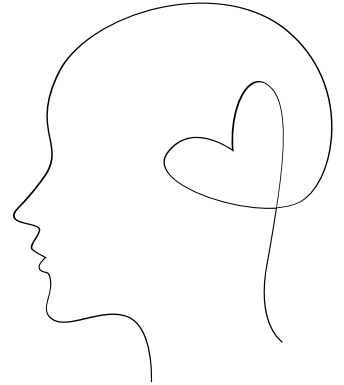
**Per què triga tant la Txell a explicar que ha patit abusos sexuals? De
quines conseqüències té por?**

Quin consell o consells li donaries a la Txell?



SALUT MENTAL

Creus que la salut mental està estigmatitzada? Justifica la teva resposta.



Si la teva resposta anterior ha sigut afirmativa, proposa dues maneres d'aturar aquest estigma.

T'has sentit identificat/da amb algun personatge? Quin i per què?

LES XARXES SOCIALS

Penses que les imatges que surten a les xarxes socials son realistes?

Alguna vegada t'has sentit malament comparant el teu físic amb el que et mostren les xarxes? Justifica la teva resposta.



De mitjana, quantes hores al dia inverteixes en xarxes socials?

Tens algun tipus de control parental al mòbil?

Són importants per a tu els *likes* i les visites al teu perfil? Per què?





*"La música és curativa.
M'identifico amb moltes cançons".*

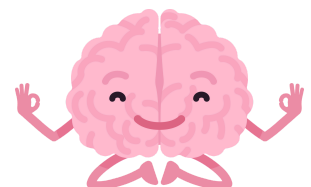
TXELL I CLÀUDIA



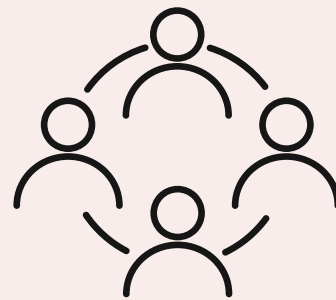
Estàs d'acord amb l'afirmació de la Txell i la Clàudia? Justifica la teva resposta.

Et sents identificat amb alguna cançó i/o la seva lletra? Quina i per què? Si és possible, comparteix-la amb els teus companys per tal que l'escoltin.

En un foli a part, fes un dibuix o pintura que representi la teva salut mental actual.



DINÀMIQUES GRUPALS

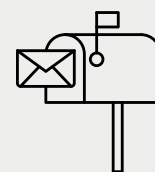


EL DECÀLEG DE LES XARXES



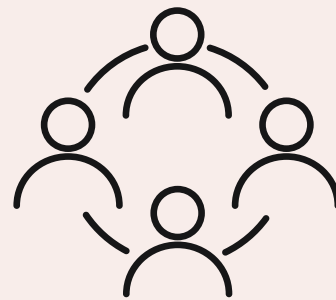
En grups de 4 o 5 persones, realitzeu un decàleg sobre el bon ús de les xarxes socials. Un cop acabat, compareu-lo amb el dels altres grups i dueu a terme un decàleg final amb tota la classe i pengeu-la al mural de l'aula o al passadís de l'escola o institut.

LA BÚSTIA ANÒNIMA



De manera totalment anònima, cadascun dels alumnes hauran d'escriure en un paper una experiència negativa que hagin tingut amb algun/a company/a o companys. Tots els papers es ficaran junts dins d'una bústia o capsa que el professor barrejarà per, a continuació, llegir-ne el contingut. Entre tots, s'analitzaran els conflictes i es buscaran possibles solucions.

DINÀMIQUES GRUPALS



TEATRELITZACIÓ D'ESCENES QUOTIDIANES

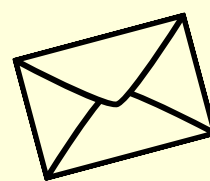


En grups de 5 a 7 persones, treatelitzeu escenes del vostre dia a dia dins l'entorn escolar seguint els passos següents:

- Confecció del guió.
- Assaig.
- Presentació de l'*sketch* teatral.

Finalment, un cop representades les diferents escenes, feu un col·loqui per a parlar sobre què us ha remogut l'obra i què podríeu fer per a solucionar possibles conflictes que s'hagin escenificat.

LA CARTA



T'has sentit mai malament pels comentaris dels teus companys o per la seva indiferència? Creus que hi ha quelcom que t'agradaria expressar i no saps com fer-ho? Creus que has patit algun tipus d'assetjament o l'estàs patint? Fes una carta - anònima o no- al teu agressor o a aquella persona que consideris que per algun motiu et va fer mal i explica-li com et va fer sentir o com et sents. Tu decideixes, però, si li vols entregar o no. Si, en canvi, consideres que pots haver fet mal tu a algú de manera activa o passiva, escriu-li també una carta.