

ANEXO 02

Información complementaria para la persona referente de la actividad

APUNTES GENERALES

- Garantizar un ambiente de “trabajo”. En esta actividad las criaturas suelen divertirse mucho, pero además de divertirse es importante recordarles que la actividad se ha planteado para trabajar algunos contenidos que consideramos importantes.
- Explicar que estas situaciones son situaciones que nos pueden pasar y que representarlas nos obliga a preguntarnos como nos sentiríamos y qué decisiones tomaríamos. Hay que tener en cuenta que explicar a las criaturas el porque de esta actividad y su utilidad en la vida “real” les puede motivar a afrontar los nervios o la vergüenza para salir a representar.
- Recordar que lo que haremos es teatro y que, por lo tanto, lo que representamos son personajes, no nosotros ni nosotras mismas. Esto también ayuda a afrontar la vergüenza.
- Garantizar un espacio de respeto hacia los temas que se tratan y los grupos que representan las situaciones.
- Salir a “actuar” es una exposición importante al juicio y opiniones de quienes observan. Es importante tenerlo en cuenta y evitar, dentro de nuestras posibilidades, que los comentarios del grupo provoquen una vivencia negativa de esta experiencia.
- Las actuaciones tienen un margen amplio para la improvisación. En este sentido, la persona referente de la actividad debe ser flexible y prestar atención a cuestiones que puedan surgir y que no hayan sido contempladas en el guion inicial, pero que sean importantes para los objetivos de la actividad.
- Es posible que algunos grupos sientan vergüenza o se bloqueen, la función de la persona referente de la actividad es apoyar la representación y en caso necesario, entrar a actuar como personaje con el objetivo de “desbloquear” y que la representación pueda desarrollarse.
- En esta actividad es importante identificar sentimientos y emociones propios, empatizar con los sentimientos y emociones ajenas, y atender a cómo tratamos a los demás y deseamos que nos traten. Nuestros sentimientos y emociones no pueden justificar todas nuestras conductas. Ya sea en relación con nosotras/os mismas/os o con las demás personas, todas y todos tenemos derecho a que nos traten con respeto. Debemos ser conscientes de este derecho, exigirlo y respetarlo.

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA PARA CADA SITUACIÓN

SITUACIÓN 1: Tengo un amigo...

Situación

Tengo un amigo, Kevin, con el que nos conocemos desde muy pequeños. ¡Es muy divertido, siempre me hace reír mucho! Pero siempre que nos encontramos por los pasillos del cole, se me tira encima para darme un abrazo. Yo sé que no lo hace con mala intención, pero a mí no me gusta mucho que lo haga... no sé cómo decírselo.

Preguntas para el grupo:

- ¿Qué sentimientos y emociones tienen Kevin y la persona que nos cuenta la historia? Intentamos identificarlos.
- ¿Cómo pueden ayudar los amigos y las amigas?
- ¿Cómo puede decirle la persona que explica la historia, a Kevin?
- ¿Cómo creéis que reaccionará Kevin? ¿Por qué?

Ideas clave:

- Es importante que podamos identificar que sentimientos y emociones nos pasan por el cuerpo. Escuchar el cuerpo nos hace que sea más fácil identificarlos.
- Nuestros sentimientos y emociones pueden ir cambiando, no siempre son estáticos.
- Cuando nuestro cuerpo nos transmite que hay alguna cosa que no nos gusta es importante poderla decir.
- Tenemos que entender que todas las personas sentimos cosas que no nos gustan o que no nos apetecen y es importante cuidarlas y tenerlas en cuenta.
- Eso no quiere decir que no nos quieran o que no sean amigas nuestras.
- Preguntar como nos sentimos y como se sienten las otras personas nos puede ayudar a tomar decisiones respecto a cómo queremos vivir.
- Comunicarnos con las personas que nos relacionamos hará que estemos más tranquilas y más a gusto.
- Es importante identificar y saber expresar sentimientos y emociones. También es importante hacerlos de una forma en la que tengamos en cuenta los sentimientos y las emociones de nuestros amigos y amigas.
- Escuchar los consejos y opiniones de nuestras amistades nos puede ayudar, pero solamente nosotras podemos saber que nos hace sentir mejor.

SITUACIÓN 2: El patio ...

A Wasima le gusta muchísimo jugar a fútbol. Le gustan casi todos los deportes, la clase de educación física es su preferida y todos y todas lo sabemos. Pero el otro día mientras estábamos en el patio y ella jugaba al fútbol, escuché que Pau se reía de ella porque era la única niña que jugaba.

Preguntas para el grupo:

- ¿Qué sentimientos y emociones tienen Wasima, la persona que nos cuenta la historia y Pau? Identificarlos.
- ¿Por qué creéis que Pau se ríe de Wasima?
- ¿Qué puede hacer la persona que nos cuenta la historia? ¿Creéis que tiene un papel fácil? ¿Por qué?
- ¿Cómo creéis que se sentirá Wasima si se entera que Pau se rio de ella?
- ¿Qué deberían hacer los amigos y las amigas de Wasima?
- ¿Y los amigos y amigas de Pau?

Ideas clave:

- Tenemos derecho a vivir nuestra vida como queramos. Todas las personas somos libres de hacer las actividades que nos apetezcan.
- A veces reproducimos ciertos estereotipos y roles de género. Maneras y formas en que se supone que deben de ser y como deben de hacer las cosas los niños y las niñas.
- ¿Nos sentimos cómodos y cómodas con estos estereotipos y roles de género? Estos estereotipos y roles de género ¿nos permiten sentir y actuar con libertad?
- Es importante respetar las decisiones de cada persona, su manera de ser y de hacer.
- Respetar quiere decir no juzgar, no hacer comentarios y celebrar que aquella persona esta tomando sus propias decisiones.
- Respetarnos y acompañarnos es una tarea de todas las personas. Si vemos situaciones desagradables de algún amigo o amiga hacia otro, es importante poderle compartir que su actitud no nos gusta. Queremos vivir en un mundo donde todas las personas tengan cabida.
- Puede ser que alguien no comparta nuestras decisiones, no acepte nuestros sentimientos o nuestra forma de vivir. Que alguien no nos acepte no implica que debamos cambiar, ni que estemos haciendo nada mal. Lo importante es gustarnos a nosotras mismas/os, y vivir como queramos vivir. Siempre habrá gente que no le gusten nuestras decisiones, pero de la misma manera siempre habrá gente que si lo hará.

SITUACIÓN 3: Cuando no nos hacen sentir bien...

Situación

El otro día cuando salíamos de clase para ir para casa, mientras bajábamos por las escaleras, Hamza se cayó, no se hizo mucho daño, pero se puso a llorar. Ikram y Marta se le acercaron, pero el resto de la clase paso de largo y alguien se rio.

Preguntas para el grupo:

- ¿Qué sentimientos y emociones tienen Hamza, Marta e Ikram? Identificarlos.
- ¿Por qué creéis que alguien se rio de Hamza?
- ¿Qué pueden hacer Marta e Ikram? ¿Creéis que tienen un papel fácil? ¿Por qué?
- ¿Cómo creéis que se siente Hamza?
- ¿Cómo creéis que se sintieron el resto de las personas que vieron a Hamza caer?
- ¿Y la persona que se rio?

Ideas clave:

- A veces reproducimos ciertos estereotipos y roles de género. Maneras y formas en que se supone que deben de ser y como deben de hacer las cosas los niños y las niñas.
- ¿Nos sentimos cómodos y cómodas con estos estereotipos y roles de género? Estos estereotipos y roles de género ¿nos permiten sentir y actuar con libertad?
- Es importante cuidar a las personas que tenemos cerca.
- Cuidar quiere decir preocuparnos por lo que les pasa, no reírnos ni hacer comentarios que puedan herir a las otras personas y poder decirnos cosas bonitas.
- Respetarnos y acompañarnos es una tarea de todas las personas. Si vemos situaciones desagradables de algún amigo o amiga hacia otro, es importante poderle compartir que su actitud no nos gusta. Queremos vivir en un mundo donde todas las personas tengan cabida.
- Puede ser que alguien no comparta nuestras decisiones, no acepte nuestros sentimientos o nuestra forma de vivir. Que alguien no nos acepte no implica que debamos cambiar, ni que estemos haciendo nada mal. Lo importante es gustarnos a nosotras mismas/os, y vivir como queramos vivir. Siempre habrá gente que no le gusten nuestras decisiones, pero de la misma manera siempre habrá gente que si lo hará.

SITUACIÓN 4: Aprender a compartir lo que nos gustaría y a recibir un no

Martí y Hugo son muy amigos. Acostumbran a pasar las tardes juntos, pero nunca se han quedado a dormir uno en casa del otro. A Martí le haría mucha ilusión invitarlo, pero le da vergüenza y le sabría mal que le dijera que no.

Preguntas para el grupo:

- ¿Qué sentimientos y emociones tienen Martí y Hugo? Identificarlos.
- ¿Por qué creéis que a Martí le da vergüenza decirle a Hugo que vaya a dormir a su casa?
- ¿Por qué creéis que le sabría mal que le dijera que no?
- Si a Hugo no le apeteciera que viniera Martí, ¿cómo creéis que se sentiría Martí?
- ¿Creéis que si a Hugo no le apetecía es porque no lo cae bien Martí?

Ideas clave:

- Es importante que podamos identificar que sentimientos y emociones nos pasan por el cuerpo. Escuchar el cuerpo nos hace que sea más fácil identificarlos.
- Nuestros sentimientos y emociones pueden ir cambiando, no siempre son estáticos.
- Cuando nuestro cuerpo nos transmite que hay alguna cosa que no nos gusta es importante poderla decir.
- Tenemos que entender que todas las personas sentimos cosas que no nos gustan o que no nos apetecen y es importante cuidarlas y tenerlas en cuenta. Eso no quiere decir que no nos quieran o que no sean amigas nuestras.
- Preguntar cómo nos sentimos y como se sienten las otras personas nos puede ayudar a tomar decisiones respecto a cómo queremos vivir.
- Comunicarnos con las personas que nos relacionamos hará que estemos más tranquilas y más a gusto.
- Es importante identificar y saber expresar sentimientos y emociones. También es importante hacerlos de una forma en la que tengamos en cuenta los sentimientos y las emociones de nuestros amigos y amigas.