

# DINAMITZAR, CREAR I MILLORAR LES RELACIONS

Materials per facilitar la creació de grups



Provençió, concepte utilitzat l'any 1998 per J. Burton. "Educar en y para el conflicto" Paco Cascon 2001. Manual de prácticas restaurativas, Bob Costello y Joshua Wachtel 2013

**CERCLESDIÀLEG2 PRESENTACIÓ4 CONEIXEMENT12 ESTIMA20 CONFIANÇA25 COMUNICACIÓ30**

# CERCLES DE DIÀLEG

## **Què són**

Els cercles de diàleg són una **conversa en grup** a la que:

- Els participants estan asseguts en cercle
  - Hi ha una persona que facilita i formula les preguntes o temes sobre els que es parlarà •
- Tenim un objecte per parlar: el que el té parla i els altres escolten amb respecte
- L'objecte es va passant al voltant del cercle

## **Per a què ens serveixen**

- Reuneixen el grup i ajuden a tractar temes plegats
- Ajuden a cohesionar el grup, a que els alumnes es coneguin millor entre ells, a fer feina plegats • Faciliten la participació de tots els alumnes, no només dels que participen habitualment • Afavoreixen la implicació de l'alumnat, pel fet de que es senten escoltats i que les seves idees són tinguendes en compte pel grup
- De vegades, per distendrir l'ambient de la classe i riure plegats

## **Com es fan**

### Col·locació

La persona que facilita demanarà als alumnes que llevin les taules i facin un cercle amb les cadires. Aquesta operació, amb alumnes a partir de quart de primària, es pot fer en devers un minut. En canvi amb alumnes més joves caldrà, al principi, dedicar més temps a que ho facin de manera ordenada, ja que els seu sentit espacial no està tan desenvolupat.

El que cercam és que tothom pugui veure a tothom, tot i que de vegades fem una forma més ovalada o quadrada, depenent de la forma de la sala.

Si el cercle ha de durar 10 minuts o menys, el podem fer drets.

També es poden emprar bancs o coixins, o simplement asseure's en terra. Ara bé, la cadira pot anar millor quan hem d'estar durant un període prolongat o volem que els alumnes estiguin còmodes. A més les cadires van bé per a fer dinàmiques a les que volem s'asseguin a una altre cadira.

### Dinàmica

Un cop tothom està assegut, la persona que facilita intervindrà per saludar i fer una pregunta. Per exemple, "Si tingués un superpoder, quin m'agradaria tenir"

Normalment, amb un gest de la ma avisa si la ronda es farà per la dreta o l'esquerra, per tal que l'alumne a qui passarà l'objecte estigui preparat. La persona que facilita contesta el primer (per trencar el gel i per donar un model d'una possible resposta), i passa l'objecte a l'alumne del costat.

El que rep l'objecte contesta i passa l'objecte al del costat. Així, fins que l'objecte arriba la persona que facilita.

Quan la persona que facilita torna a tenir l'objecte, pot fer (si és convenient) un petit resum del que s'ha dit i llavors:

- Fer una altre pregunta o proposar una dinàmica
- Donar el cercle per acabat i introduir l'activitat (de classe) que es farà a continuació

## **Cercles d'inici**

Són cercles breus, que consta només d'una o dues preguntes. El seu objectiu és reunir el grup i fer una activitat plegats que serveixi per compartir el seu estat emocional al començar el dia, saber com venen avui. O per compartir alguna informació personal Exemples:

- Si fossis una animal quin t'agradaria ser i per què? • Què et diu la caragola?
- Què m'agradaria que passés avui?
- Quin personatge de conte, història... t'agradaria ser.
- Si jo fos un moix, elefant... què faria?
- Si fos un heroi/na quins poders m'agradaria tenir?
- Que ens conten les pedres?
- Si tinguessis una paret en blanc què hi pintaries o posaries?
- Suposa que tens una màquina del temps. Què faries? • Si tengués una vareta màgica
- Què guardaries a una capsa especial
- Quina és la teva lletra preferida?
- Quin esportista t'agradaria ser?
- Quin lloc de Palma t'agrada més?
- Quina és la teva cançó preferida?
- Aire, terra, foc o aigua?
- Què t'agrada fer a casa?
- Amb qui m'agradaria jugar aquest cap de setmana? • A quins moments especials t'agrada prendre xocolata? • A on aniries amb cotxe?
- Quin és el teu camí preferit?
- Quines coses son màgiques?
- Què fas per carregar piles
- Una cançó que t'agrada
- Un lloc especial on t'agradaria viatjar
- Què consideres imprescindible a la teva vida?
- Un lloc de la casa on estàs més a gust
- Si te tocàs la loteria què faries?
- Una cosa que m'ha fet sentir bé en els darrers dies • Una cosa que m'ha fet sentir malament en els darrers dies
- Què m'ha fet content d'aquest cap de setmana?
- Com véns a l'escola?
- Com et sents?
- Si jo fos cega....
- Si jo fos lletja....
- Com et sents quan compleixes amb les teves obligacions?
- Quina persona vols que estigui al teu cor sempre?

- En quins moments plores?
- Quants sents que no te comprenen...?
- Una cosa que te fa enfadar....
- Què fas quan estàs enfadat?
- Com et sents quan et mir?
- Què em molesta?
- Quan ens sentim ferits quines coses et punxen, et fan mal?
- Quan em sento fort com el ferro?
- Quan no te poses a la pell de l'altre?
- El teu menjar preferit (quan eres petit i ara)?
- El menjar que menys t'agrada?
- Una cosa que vols menjar però encara no has menjat
- La teva pel·lícula preferida
- Què t'agrada fer en el teu temps lliure
- Què t'agrada fer en un dia de pluja?
- El primer en que te fixes d'una persona
- Coses que m'agrada fer amb les mans
- El que m'agrada berenar
- El que m'agrada més fer els dies de festa
- Qualitats que t'agraden en un amic
- Quines coses t'agrada fer amb els teus amics
- Quina olor t'agrada més?
- Quin color t'agrada més?
- A on t'agradaria viatjar?
- Qui t'agrada que t'acompanyi a escola?
- Amb qui estàs millor quan estàs fora de l'escola?
- Quina és la teva afició preferida?
- Quin és el teu esport preferit?
- Què t'agradaria que et regalessin que no costàs doblers?
- Una cosa que et proposes per aquesta setmana • Una cosa que et proposes per aquesta setmana de matemàtiques, de llengua, etc.
- Com duràs a terme l'objectiu setmanal de divendres?
- Diques si has aconseguit o no el que et vares proposar i explica com ho saps.
- El meu somni és ...
- Quina frase positiva diràs avui?
- Una cosa que t'hagi costat molt fer i estiguis content d'haver fer

### ***Exemples de preguntes proposades en la formació del IES de Calvià (curs 2017 /18)***

Si tinguessis una màquina del temps, on t'agradaria anar i per què?

Quin personatge de ficció t'agradaria conèixer?

Quin llibre t'agrada regalar?

Què pintaries i de quin color?

Una cosa que sé fer bé i de la qual estic orgullós/-a.

Quin plat prepararies per a una persona que estimes?  
Quina música recomanaries a un amic?  
Si haguessis de beure tot un any una sola beguda, quina seria?  
Una virtut teva.  
Què persegueixes amb l'estudi?  
Quin és el teu lloc preferit?  
Quina és la teva cançó preferida?  
Pasta o arròs?  
Què t'agrada més "del mundo mundial"?  
Un lloc on t'agradaria anar.  
Una cosa que prens per menjar.  
Quina sortida extraescolar t'agradaria fer amb la teva classe?  
Quina feina t'agradaria fer quan siguis gran?  
Quina activitat voluntària faries per ajudar altra gent?  
Si fossis el president o la presidenta del govern, quina seria la primera mesura que prendries?  
Una cosa que no t'agrada de tu mateix.  
És l'hora d'anar a dormir. Què hi fas just abans?  
Quin animal series?  
Quin adjectiu series?  
Si tinguessis un superpoder, quin voldries que fos?  
Quina pel·lícula recomanaries i per què?  
Què esperes de la teva estada a l'institut?  
Si obrissis una finestra a un lloc, què t'agradaria veure?  
Què t'agrada d'aquest institut?  
Un paisatge de ficció que t'agradi?  
D'aquest cap de setmana, què t'ha agradat més?  
Quin ha estat el teu moment preferit de...?  
Una cançó preferida  
Si tens un animal, quin és el seu nom?  
Què t'agrada fer el temps lliure?

## PRESENTACIÓ

Jocs molt senzills que permeten un primer acostament o contacte. Jocs per aprendre noms i alguna característica mínima. Quan els **Participants** no es coneixen és el primer moment per anar creant les bases d'un grup que treballa de forma dinàmica.

### ME PICA AQUÍ.

**Objectiu:** Es tracta d'aconseguir aprendre els noms de tot el grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tot el grup en cercle. La primera persona diu: "Em dic Carles i em pica aquí" (gratant alguna part del cos, per exemple, el cap). La segona persona diu: "Es diu Carles i li pica allà gratant-se el cap de Carles i jo em dic Maria i em pica aquí (gratant)". I així successivament, fins a completar el cercle.

**Avaluació:** Es pregunta als/les participants el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha

agradat.

**Notes:** Segons el nombre de persones, es poden repetir de totes les persones anteriors o només de les últimes.

### INICIALS DE QUALITATS.

**Objectiu:** Permetre retenir els nom de les altres persones i afavorir un clima positiu des del començament.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 20 minuts.

**Consignes de partida:** Cada persona parla quan li toca, no massa de pressa, per poder memoritzar els noms.

**Desenvolupament:** Cada persona diu el seu nom i llinatges, i alhora dos qualificatius positius que li defineixin i que tinguin les seves mateixes inicials. Per exemple: Pere Aldaiz, plàcid i amable.

**Avaluació:** Es pot començar amb una pregunta com aquesta: Com heu sentit aquesta "obligació" de trobar i dir en veu alta dues qualitats vostres?.

### NOMS AMB ADJECTIU.

**Objectiu:** Conèixer pel nom a tots els/les components d'un grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un foli i un bolígraf. **Temps:** 15/30 m..

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Heu de pensar tots en un adjectiu que us defineixi i que comenci per la mateixa lletra que el teu nom. L'adjectiu escollit ha de referir algun aspecte de la teva personalitat que tu consideris fonamental. Si resulta difícil amb la primera lletra, pots emprar una altra lletra qualsevol. Una vegada que tothom hagin pensant en aquesta característica es posarà en comú en grups petits, es canviarà dues o tres vegades de grup, intentar que els grups estiguin formats per persones diferents cada vegada.

**Avaluació:** Iniciarem petit diàleg en el qual el que es preguntarà als components del grup com s'han sentit al definir amb una paraula i si ella expressa veritablement la seva personalitat.

### LA TERANYINA

**Objectiu:** Es tracta d'aconseguir aprendre els noms de tot el grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un cabdell de llana. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Els participants es col·loquen de peu formant un cercle i se li lliura a un d'ells/es el cabdell de llana; el qual ha de dir el seu nom, procedència, tipus de treball que desenvolupa, interès de la seva participació, etc. Després, aquest pren la punta del cabdell i llança la bola a un altre/a company/a, el qual al seu torn ha de presentar de la mateixa manera. L'acció es repeteix fins que tots/es els participants queden enllaçats / es en una mena de teranyina. Una vegada que tots s'han presentat, qui es va quedar amb la bola ha tornar-la al que se la va enviar, repetint les dades donades pel seu company/a. Aquest al seu torn, fa el mateix de tal manera que el cabdell va recorrent la mateixa trajectòria però en sentit invers, fins que torna al company/a que inicialment la va llançar. Cal advertir als participants la importància d'estar atents a la presentació de cada un/a, ja que no se sap a qui va a llançar-se la bola i posteriorment haurà de repetir les dades del llançador/a.

**Avaluació:** Es preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

## ADHESIU.

**Objectiu:** Es tracta d'aconseguir aprendre els noms de tot el grup. Desenvolupar la creativitat i l'expressió plàstica.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Útils de pintar, paper d'adhesius o paper i cel·lo. **Temps:** 15/30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada participant, a més d'escriure el seu nom i com li agradaria que li cridessin en el grup, fa una caricatura o dibuixa alguna cosa que pensa que representa aspectes de la seva personalitat.

**Avaluació:** L'animador / a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

## ENDEVINALLA.

**Objectiu:** Conèixer a tothom del grup per les seves noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Targetes amb el nom de cada un / a dels components del grup. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom es posaran en cercle amb una targeta nominativa a la mà. Diran el seu nom en veu alta i començaran a passar la targeta cap a la dreta o esquerra diverses vegades i es parerà a un senyal de l'animador/a. Llavors, cada persona s'aixecarà i lliurarà la targeta que té a la persona el nom figuri en ella. Repetir l'exercici diverses vegades, però tenint cura que no s'avorreixin i que no decaigui el ritme del joc.

**Avaluació:** L'animador/a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

## JOC DELS NOMS.

**Objectiu:** Aprendre els noms, juntament amb alguna característica pròpia de cada persona.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** L'animador/a explica que es tracta simplement de presentar unes persones a unes altres, associant cada nom a un gest característic.

**Desenvolupament:** L'animador/a diu el seu nom i fa un gest característic de la seva personalitat (ex .: tocar la guitarra, llegir el diari, dormir, etc.). La persona que cau en el compte del que està representant, ho diu. A continuació, aquesta persona o simplement la que està a la dreta o esquerra de l'animador / a, fa al seu torn un gest característic sense oblidar dir el nom de la persona anterior i de seguida el seu. Es continua fins que totes s'hagin presentat. L'animador/a fa el gest que ha caracteritzat a una altra persona i les participants han de recordar el nom que el gest evoca. La persona esmentada fa el mateix, i així fins que hagi sortit tot el grup. L'animador / a diu el nom d'algú i tots/es han de fer el gest que correspon a la persona esmentada. Després aquesta persona diu un altre nom i així fins que tots/es hagin estat citats.

**Avaluació:** L'animador/a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

## LLIMONA - LLIMONA.

**Objectiu:** Conèixer a tots / es els/les components del grup pels seus noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Una cadira menys que participants. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom es posaran en cercle. L'animador/a dret comença el joc acostant-se a la gent de forma ràpida, assenyalant i dient: Llimona- llimona: haurà de dir el nom de qui estigui a la seva dreta. Taronja- taronja: el nom de la persona asseguda a la seva esquerra. Maduixa- maduixa: el nom de la persona assenyalada. Si algú s'equivoca es canvia amb el del centre.. Sempre hi ha la possibilitat de dir "cistella de fruites", tothom ha de canviar de lloc, intentant el del centre ocupar algun.

**Avaluació:** L'animador/a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si els ha agradat.

### T'AGRADEN TEUS VEÏNS ?.

**Objectiu:** Conèixer a tothom del grup per les seves noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Una cadira menys que participants. **Temps:** 10/15 m.

**Consignes de partida:** El joc ha de desenvolupar-se amb rapidesa.

**Desenvolupament:** Tothom asseguts en cercle. L'animador/a enmig donarà començament al joc. Apropant-se a algú li preguntarà: "¿T'agraden els teus veïns?". Si la resposta és NO, hi haurà de dir els noms de les persones que li agradaria que vinguessin a ocupar els llocs de les seves actuals veïns de dreta i esquerra, mentre que aquests hauran d'abandonar el seu lloc, que intentarà ser ocupat pels veïns escollits. Durant el canvi de llocs, la persona del centre intentarà ocupar una cadira. Si la resposta és SI, tot el grup girarà un lloc a la dreta. A mesura que avança el joc, es complica, ja que quan algú digui un altre Si, el grup girarà un lloc a l'esquerra. Quan es senti el tercer SI (no importa que siguin aquests per diferents persones) es giraran dos llocs a la dreta. Al quart, dos a l'esquerra, i així successivament. Després de cada pregunta, la persona que queda sense cadira continua el joc.

**Avaluació:** L'animador / a preguntarà que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

### NOMS ACUMULATIUS.

**Objectiu:** Conèixer a tots / es els/les components del grup per les seves noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tots/es els participants es posaran en cercle. L'animador/a comença 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 a donar tota la volta al cercle.

**Avaluació:** L'animador/a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

**Notes:** En grups molt nombrosos, al cap d'una estona serà millor haver de repetir només els 3 - 4 últims noms.

### OBJECTE IMAGINARI.

**Objectiu:** Conèixer a tots/es els/les components del grup per les seves noms. Estimular la creativitat. Exercitar el llenguatge gestual.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Els gestos de llançar i rebre han d'anar en relació al pes i mida de l'objecte.

**Desenvolupament:** Tots/es els participants es posaran en cercle. Una persona comença gesticulant amb les mans per explicar al grup l'objecte imaginari que passarà o llançar a (nom de la persona a qui s'envia). La

perdona receptora ha de realitzar la recollida en funció de l'objecte que li passen i prosseguir el joc. La perdona que rep un objecte pot transformar-lo en un altre abans d'enviar de nou. Així cada participant rep un objecte (amb tots els gestos) i el converteix en un altre (amb tots els gestos). El joc continua fins que tots / es hagin participat.

**Avaluació:** L'animador/a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si els ha agradat.

**Notes:** Es pot fer dient quin és l'objecte o sense dir-ho i que sigui el grup qui hagi de endevinar-ho.

## PRESENTACIÓ SUBJECTIVA.

**Objectiu:** Conèixer a tothom del grup pel seu nom.

**Participants:** Grup classe. Dividir-se per parelles. **Material:** Cap. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom es posa en cercle, feim parelles. Cada persona es compara ( animal o cosa) que identifica trets de la seva personalitat (característiques de treball, de caràcter, etc.). I explica perquè es compara amb tal animal o cosa. Es pot dir o actuar. Un cop dites les característiques de la parella, el qual la presenta actua de forma mímica, després s'explica per què es va identificar amb l'animal o la cosa.

**Avaluació:** L'animador/a preguntarà el que han sentit mentre realitzaven el joc i si aquest els ha agradat.

## QUI HI HA A LA MEVA ESQUERRA.

**Objectiu:** Tractar que els/les components d'un grup es coneguin pels seus noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cadires. Una més que els/les components del grup. **Temps:** 15/30 m..

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom s'asseu en un cercle amb una cadira buida. El que està a la dreta de la cadira buida diu: "Vull per que se sent a la meva esquerra X". Llavors X pregunta: "Per què?". El primer dona una raó. Llavors X canvia de lloc i segueix el joc qui té el buit a la seva esquerra. El joc finalitza quan tots/es els/les components del grup s'han mogut de la seva primera cadira. El/la presentador/a haurà de tenir cura que no es nomenin aquells que es coneixen.

**Avaluació:** En finalitzar es pregunta que els ha semblat l'activitat i que han sentit mentre la realitzaven.

## LA MITJA TARONJA.

**Objectiu:** Tractar que els/les components d'un grup es coneguin una mica més que pels seus noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Folis i bolígrafs. Estris de dibuix. **Temps:** 15/30 m. **Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es preparen targetes equivalents a la meitat dels participants. A cada targeta es fa un dibuix, es posa una frase o es fa una pregunta. Cada targeta es talla per la meitat. Quedant-se cada component amb un tros de targeta, la resta de les meitats de les targetes es barregen i es reparteixen a l'atzar. Cadascú ha de cercar qui té el seu tros coincident. Tindrà llavors, que respondre a les preguntes que el primer li realitzi.

**Avaluació:** Preguntar una vegada finalitzat el joc que els ha agradat més i que li has agradat menys; i per què.



## ALTER EGO.

**Objectiu:** Conèixer a tots / es els/les components del grup pels seus gestos, a més de pels seus noms.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Targetes amb el nom de cada component del grup. **Temps:** 15/30 m.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom qui participa es posaran en cercle. Cada persona escollirà una targeta amb el nom d'una altra persona. La persona que ha triat la targeta tindrà entre 5 i 10 minuts per presentar al qual li hagi tocat mitjançant els gestos que la defineixin. Els altres hauran d'endevinar de qui es tracta. Variant: Es podrà realitzar aquest joc sense targetes. Llavors, cada persona seleccionada als/les altres. S'haurà de procurar que cap/a dels/les participants quedi sense ser imitat.

**Avaluació:** El/la presentador/a com s'han sentit en ser imitats en els seus gestos més característics pels/les companys/es i si s'han vist reflectits en els gestos que van fer d'ells/es.

**Notes:** Aquest joc només es podrà realitzar en grups molt estables i en els quals s'hagi produït una gran vivència. Pot ser perillós si algú no entén la mecànica del joc i en què consisteix.

## MARQUES AL FRONT.

**Objectiu:** Tractar de conèixer als membres d'un grup d'una manera informal.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Etiquetes autoadhesives (tantes com membres del grup), de dues, tres o quatre colors. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom del grup s'asseuran en cercle mirant cap a fora i amb els ulls tancats. El/la facilitador anirà envoltant el cercle col·locant a cada persona una etiqueta al front, després d'haver distribuït els colors. Quan tothom té enganxada l'etiqueta obren els ulls i miren al centre del cercle. Comencen a ajuntar-se en petits grups totes les persones que tenen el mateix color. No es pot parlar, ni fer cap so. Han de cercar els/les companys/es de color per signes no verbals.

**Avaluació:** Es demana que han sentit en formar els grups i no poder comunicar-se res més que per senyes.

## ENTREVISTES MÚTUES.

**Objectiu:** Conèixer pel nom a tots els/les components d'un grup. Conèixer el més possible l'autoconcepte del company.

**Participants:** Grup classe. Dividir-se per parelles. **Material:** Un foli i un bolígraf. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix el grup en parelles. Procurar que formin parelles aquells infants que es desconeguin. Les parelles es separaran de la resta de les altres durant 20 minuts. El/la company/a dirà a l'altre la idea que té de si mateix. Passat aquest temps, en gran grup, cada un/a dels/de les components d'assenyalar la idea que cada un té del company.

**Avaluació:** Tractar de reflectir l'evolució dels sentiments durant el joc i les coses aportades per ell. Així com fer notar els canvis que s'han produït i que es produiran en les relacions entre els/les membres del grup.

## ME DIUEN.....

**Objectiu:** Conèixer els noms de tothom.

**Participants:** Grup classe. Grups de 5 components. **Material:** Un foli i un bolígraf. **Temps:** Uns 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es fan grups de 5 i disposen de 5 minuts perquè contestin a les següents preguntes:

.Per quin nom vols que te diguin?.

.Què és el que més i el què menys et va agradar del curs anterior?

Passats els 5 minuts, canvia de grup. i es repeteixen les mateixes preguntes. Així fins a 4 vegades. L'única condició és que cada vegada sigui un grup diferent. Un cop realitzada aquesta primera fase tothom se senti en un cercle i van dient el seu nom en veu alta. Es demana voluntaris / es per dir el nom dels altres companys. Es nomenarà un secretari en cada grup per seleccionar les contestacions que han donat els seus companys/es.

**Avaluació:** Realitzaran preguntes com: "Com us va sentir?", "Estàveu competint o col·laborant?", Etc.

## PRESENTACIÓ AMB RIMA

**Objectiu:** Conèixer pel nom a tots els/les components d'un grup. Consolidar el coneixement dels noms de forma divertida. Desenvolupar la creativitat.

**Participants:** Grup classe. Dividir-se per parelles. **Material:** Llapis i paper. **Temps:** 10 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada jugador s'inventa un apariat consonant o assonant que inclogui el seu nom i els escriu en un full. Col·locat tot el grup en cercle, comencen les representacions en què cadascú recita la seva rodolí. Per exemple: "Aquesta és la història de Juan Ignacio que comença de pressa i acaba poc a poc". Escrit el apariat en una targeta i enganxada al pit, tots caminen per la sala i van llegint les rimes dels seus companys. Col·locats en parelles, s'expliquen mútuament els motius pels quals van escriure aquests versos. Variant: a partir de l'apariat, cada participant pot escriure un petit conte en una quartilla. Una vegada que s'hagin escrit tots els contes, els jugadors seuen en cercle i el professor col·loca en el centre totes les quartilles de cap per avall. Tot seguit cada jugador tria una d'elles i llegeix a la resta del grup la narració que conté.

**Avaluació:** Tractar de reflectir l'evolució dels sentiments durant el joc i les coses aportades per ell.

## CONEXEMENT

Són jocs destinats a aconseguir que els participants es coneguin entre si. Es tracta d'aconseguir un grau més de l'aconseguit en la presentació, arribant a poc a poc a un coneixement més profund i vital. Faciliten el crear un ambient positiu en el grup.

## EL BOLIC

**Objectiu:** Es tracta d'aconseguir conèixer coses (qualitats, aficions, gustos, etc.) dels membres del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un cabdell de llana. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts. **Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Una persona es el lliga a la cama per l'extrem i llança el cabdell a una altra persona a la qual fa una pregunta. La persona, després de contestar la pregunta, es lliga el cabdell a la cama i el llança a una tercera persona. El joc continua fins que tots estiguin enllaçats i l'últim ho llança a la persona que ha començat. El joc es pot completar intentant fer composicions geomètriques i finalment desfer el nus format.

**Avaluació:** Quines impressions vas tenir al llarg de la dinàmica?. Què dificultats vas trobar per fer-la?. Què vas

aconseguir?. Etc.

## LA TARGETA DE VISITA QUE VA TROBAR EL DETECTIU .

Objectiu: Descobrir els aspectes de la personalitat del company/a que ens resulten desconeguts.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un foli i un bolígraf. **Temps:** Una hora.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Han d'escriure en el centre d'un foli doblegat, el nom pel que li agrada ser reconegut. A l'angle superior dret dos adjectius que el descriuen amb força exactitud. A l'angle superior esquerre paraules que indiquin el que li agrada fer. A la part inferior dreta un lloc que li agradaria visitar. A la part inferior esquerra alguna cosa de la qual se senti orgullós. A la part de darrere del foli ha d'escriure aquelles preguntes que li agradaria fer al seu tutor/a. Tothom col·loca sobre la taula la seva foli de manera que pugui llegir-se i durant 10 minuts es fixen en totes les targetes. El tutor/a recull les targetes. A partir d'una qualitat d'una targeta o d'una afició, cal endevinar la persona de la qual es tracta, en un màxim de vuit preguntes. Quin encerta, escull targeta. Important una vegada encertat llegir-la sencera. Finalment el tutor/a respon les preguntes que se li han fet per la part de darrere del foli.

**Avaluació:** Impressions al llarg de la dinàmica ?. Dificultats has trobar per fer-la ?. Què has aconseguir ?. Etc.

## SEURE A LA FRESCA.

Objectiu: Aprofundir en el coneixement de les altres persones que formen un grup. Conèixer unes dades bàsiques o unes qualitats d'altres persones del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 15/30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es formen dos cercles concèntrics, de manera que un quedi mirant cap a l'altre; primer les persones del cercle de fora i després les de dins, durant 5 minuts, expliquen a la seva respectiva parella algunes característiques seves; a continuació s'indica al cercle de fora que giri a la seva dreta una posició, començant de nou l'explicació; es poden fer quatre girs, però sense advertir prèviament quants es van a realitzar. S'acaba presentant a cada persona entre totes aquelles que hagin parlat amb ella.

**Avaluació:** Es pot contemplar com ha anat variant l'explicació, a mesura que s'anava repetint. Com s'ha sentit la possibilitat que calgués repetir-la a tots/es, etc.

## FRASES INCOMPLETES.

Objectiu: Aprofundir en el coneixement de les altres persones. Valorar el món dels sentiments.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Llista de frases. **Temps:** 15/30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es reparteixen els fulls i cadascú les omple individualment. Després es passa a l'avaluació.

**Avaluació:** Ens ha costat omplir les frases? , Com valorem els sentiments? , Ens és fàcil expressar-los? , Estem atents als dels/les altres?.

## **MATERIAL**

### **Llistat de frases:**

Quan estic callat en un grup em sent ...

Quan estic amb una persona i no parla em sent ...

Quan m'enfad amb algú em sent ...

Quan algú s'enfada amb mi em sent .. .

Quan critico algú em sent ...

Quan algú que està amb mi plora em sent ...

Quan dic un compliment a algú em sent ...

Quan em diuen un compliment em sent ...

Quan sóc injust em sent ...

quan algú és injust amb mi em sent ...

### LES NOSTRES MANS.

**Objectiu:** Suscitar la comunicació inicial en el grup. Afavorir el mutu coneixement.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Folis i bolígrafs. Cel·lo o xinxetes. Un tros gran de paper. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada persona dibuixa la silueta de la seva mà dreta o esquerra, i va omplint cada un dels dits de la mà amb les respostes a les següents preguntes:

- Motius pels quals ets a la reunió.
- Aportacions concretes que voldries que el grup es fixés al llarg d'un temps determinat.
- Aspectes que més valoren de les persones.
- Allò que actualment més et preocupa.
- Les aportacions que estàs disposat / da a oferir.

Es pot variar les preguntes en funció de la dinàmica del grup. Una vegada que tothom ha participat, es realitza la posada en comú. Per acabar, es fa un mural on s'enganxen les mans de tothom.

**Avaluació:** Quines impressions vas tenir al llarg de la dinàmica?. Què dificultats vas trobar per fer-la?. Què vas aconseguir?. Etc.

### TENDA MÀGICA DE QUEVIURES.

**Objectiu:** Aprofundir en el coneixement interpersonal. Fomentar la cohesió i la autoestima.

**Participants:** Grup classe.

**Material:** Una pissarra o un gran mural. Guix o retoladors. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Contam a les persones que juguen. "Imagineu-vos que ens trobem en una gran tenda de queviures on hi ha de tot. Aquesta és màgica i especial: cadascú pot agafar la característica que més desitjaria tenir i, en canvi, pot deixar la que menys li agrada de si mateixa. Només es pot entrar un cop per deixar una cosa i agafar una altra". Cada persona escriu en un paper el que deixaria i en un altre el que agafaria, posant entre parèntesis el seu nom. La pissarra o mural estarà dividida en dues seccions: AGAFAR I DEIXAR. Una vegada que tothom tingui escrits els seus papers van "entrant ala tenda de queviures" i col·locant el seu paper en el lloc respectiu. A continuació, es fa la posada en comú, comunicant les raons o motius de les seves eleccions.

**Avaluació:** Quines dificultats has trobat?. Com t'has sentit al llarg de la dinàmica?. Es poden intentar arribar a alguna conclusió tenint en compte el contingut de la pissarra.

### AUTOBIOGRAFIA.

**Objectiu:** Facilitar als altres la informació que cada persona considera més significativa de si mateix/a. Fomentar la cohesió i la autoestima.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Fitxes. Folis i útils d'escriure. **Temps:** 15/30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada persona escriu en un full durant un temps determinat (5 minuts), les dades que consideri més significatius de la seva vida. A continuació, s'ajunten totes les fitxes, s'estudien i després el grup ha d'endevinar a qui pertany cada fitxa que es va traient, en què NO ha de figurar el nom.

**Avaluació:** Quines dificultats has trobar ?. Com t'has sentit al llarg de la dinàmica ?.

Notes: Per a aquest joc, és necessari un mínim coneixement de les altres persones.

## ENTREVISTES MÚTUES.

Objectiu: Comprendre la diferència de relacions, quan es basen en una desconfiança o confiança a priori. Conèixer el més possible de l'autoconcepte del company/a.

**Participants:** Grup classe. Dividir la classe en parelles. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cada parella ha de aïllar-se i no contactar amb els altres. Cal explicar el més possible de cada persona.

**Desenvolupament:** Explicació del joc al gran grup, seguida d'agrupament per parelles, intentant triar a algú amb qui no es conviu habitualment. Les parelles s'aïllen, i durant 10 minuts, cadascú diu a la seva parella la idea que té de si mateix, per tal de crear un món en comú.

**Avaluació:** Tractarà sobre l'evolució dels sentiments durant el joc i coses aportades per ell. Els canvis que s'han produït i es produiran en les relacions entre tots dos.

## EL TRESOR HUMÀ.

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

**Participants:** Grup classe. **Material:** Tantes fitxes de cerca com persones hi hagi. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** L'animador/a haurà d'elaborar amb anticipació la fitxa de recerca, amb una sèrie d'instruccions que els/les participants intentaran seguir.

**Desenvolupament:** L'animador/a reparteix els fulls de recerca i explica que cal conversar amb els altres, tractant de seguir les instruccions del full. Cada participant ha d'intentar omplir el full amb els noms de les persones que hagi trobat que responguin a les preguntes del full. La idea és intentar acabar totes les preguntes però si no s'aconsegueix, no importa. L'ordre pel qual es contestin és indiferent. L'animador/a ha d'animar a tots es a posar-se en peu i conversar.

**Avaluació:** Com ens hem sentit ?. Com s'ha donat la comunicació en el grup ?. T'ha estat fàcil parlar amb la gent?. ...

Notes: Les instruccions del full varien segons el grup. Es poden incloure tant preguntes serioses com còmiques.

### FULL DE RECERCA DEL TRESOR

Tres persones que siguin de llocs diferents.	algú que necessiti una abraçada.	Una persona que li agradi el mateix passa <b>Temps</b> que a tu.	Algú que se senti nerviós/a o preocupat
Algú que celebri el seu aniversari el mateix mes que tu.	Cerca dues persones i juntes inventeu una consigna i les deis en veu alta.	Què hagi llegit un mateix llibre que tu?	Xerra amb algú i que t'expliqui per què està en centre

## COM SERÀ LA MEVA CASA...

Objectiu: Prendre consciència dels valors que es tenen. Percebre com s'és, a partir dels gustos, necessitats i valors que es projecten.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Paper quadriculat, llapis, pintures, gomes, retoladors, regles, etc ..

**Temps:** una hora.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es tracta de construir el plànol de la casa en la qual cada un / a desitjaria viure, anotant les dimensions, el mobiliari, l'espai, ...

Un cop acabat el pla individualment, cada jugador / a ho explica al grup, alhora que va responent a les preguntes de la resta dels companys / es. S'ha d'intentar, si la situació és propícia, arribar a unes conclusions globals del grup, amb els seus acords i desacords reflectits en un únic pla.

**Avaluació:** Com es van sentir en veure les seves cases ?. ¿I les dels altres ?. Els agradaria convidar algú ?. A qui ?. Quin tipus de valors van descobrir en veure la casa dissenyada ?.

## MITJANA D'EDAT.

Objectiu: Tractar de conèixer altres aspectes dels / de les components del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Folis i bolígrafs. **Temps:** Entre 15 i 20 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Dividir els components del grup en subgrups de tres, quatre o cinc membres. Cada grup ha de calcular la mitjana d'edat dels/de les components del grup en anys, mesos i dies. El apuntaran en un full. Elegir persona portaveu perquè els representi. Un cop finalitzada aquesta primera etapa tothom s'asseurà cercle i els/les portaveus exposaran la conclusió a què han arribat. Es calcularà llavors l'edat de tots / es els integrants del grup.

**Avaluació:** S'analitzarà un cop finalitzat el joc els problemes sorgits, les dificultats que han trobat, etc.

## SÉ DE TU ..., NO SÉ DE TU ...

Objectiu: Propiciar un coneixement més gran dels **Participants** i crear un clima de confiança en el grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 20 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Col·locats en cercle, es demana als participants que de forma espontània, sense cap ordre establert, es dirigeixin en veu alta a alguna de les persones conegudes amb una frase que comenci per "sé de tu" i continuïn dient "en canvi, no sé de tu ". També poden dirigir-se a una persona desconeguda però que hagi despertat el seu interès. Ho farien començant la frase amb "no sé de tu". A les persones interpellades se'ls demana que ratifiquin l'exposat, que facilitin la informació sol·licitada i que, en un i altre cas, ampliiïn la informació sol·licitada amb dades relacionades o no amb el que s'ha comentat.

**Avaluació:** S'analitzarà un cop finalitzat el joc els problemes sorgits, les dificultats que han trobat, etc.

## DESCOBRIR SENTIMENTS.

Objectiu: Trobar en els / les components del teu grup els sentiments que es troben en la persona humana.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un foli amb l'esquema que apareix en el següent foli i un bolígraf.

**Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es donarà a cada component del grup un foli amb el qüestionari que apareix en el següent foli. Es tracta de trobar a algun nostre grup que hagi tingut alguna vegada el sentiment que se't s'indica a l'esquerra. Un cop omplert el qüestionari d'entaular un diàleg entre els / les membres. Cadascun explicarà la raó que l'ha portat a relacionar el sentiment amb la persona. Procurar que un nom no surti més de dues vegades (si el grup és petit, se li podrà nomenar un mínim de dues vegades). També et pots incloure el teu mateix. En els quadres en blanc pots afegir aquells altres sentiments que tu hagis vist reflectits / des en altres persones del grup.

**Avaluació:** El / la presentador / a preguntarà si s'han vist reflectits en els sentiments del qüestionari i que han pensat de les raons adduïdes pels seus companys / es.

### TU TAMBÉ ?.

Objectiu: Afavorir que els **Participants** es coneguin i iniciar-los en el treball en grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Folis i bolígrafs. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es comença demanant que tots divideixin el seu foli, mantenint de forma apaïxada, en 6 parts verticalment i 10 horitzontalment. En cada un dels 10 rectangles del marge esquerre han d'escriure alguna cosa que creen pot ser comú en diversos dels participants (està casat, juga a tennis, etc.). A continuació se'ls demana que intercanviïn la seva foli amb un altre / a participant. Fet això comença la recerca de cinc persones que compleixin la primera condició, cinc que compleixin la segona, etc., i aniran anotant els seus noms a les caselles que quedin a la dreta de l'escrit. L'exercici acaba transcorregut el temps fixat.

**Avaluació:** S'analitzarà un cop finalitzat el joc els problemes sorgits, les dificultats que han trobat, etc.

### FRASES AFIRMATIVES.

Objectiu: Descobrir els aspectes positius que tenen els / les components del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Folis en blanc. El mateix nombre de folis que persones. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom s'asseu en cercle, cada persona agafarà un foli i posarà el seu nom a la part superior del mateix. Cada persona agafarà un foli i posarà a la part inferior d'ell una frase d'estima adreçada a la persona el nom figura en la part superior. Després ho doblarà de manera que ningú vegi el que ha escrit. El torna a posar al centre del cercle. Quan tothom hagin escrit alguna cosa de tothom, cada persona agafarà el seu quartilla i llegirà en veu alta el que posa en ella.

**Avaluació:** Al final de la sessió es preguntarà si els ha costat trobar frases afirmatives sobre cada persona del grup. S'avaluaran també les frases afirmatives escrites sobre cada un.

### EL NIU.

Objectiu: Afavorir el coneixement de la resta del grup a través de qüestions que ells mateixos decidiran.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un gran paper, pintures, bolígrafs i algun donat. **Temps:** indefinida.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada persona cercarà un objecte que li serveixi de fitxa. Col·locarà aquesta sobre el paper i dibuixarà al voltant el niu. El que comença tira el dau. Si surt un quatre, dibuixarà quatre caselles a partir del niu i col·locarà la seva fitxa a la quarta. En aquesta casella ha de posar una missió / peça, que escriurà al costat de la casella. La missió / peça ha de ser tan general que tothom pugui parlar d'ella. Els/les següents jugadors/es aniran successivament tirant el dau i caient a les caselles ja escrites o fent-ne de noves. Si la

casella en què cauen aquesta buida, obraran com el primer participant. Si aquella té missatge, hauran de parlar sobre el ja posat. Han d'arribar a formar un circuit tancat en el que aniran jugant fins que es pensi que és suficient.

**Avaluació:** Es parlarà sobre el que ha aportat el joc al grup i el que ha significat per a cada un / a dels / les participants.

### LA NAU ESPACIAL.

Objectiu: Desenvolupar el coneixement en diversos aspectes dels / de les components d'un grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Full preparada amb preguntes. **Temps:** 30 minuts. **Consignes**

**de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es proposa al grup que abans d'enlairar i d'iniciar un altre treball es realitzin un "revisió" o verificació. Se'ls lliura la fitxa preparada. Han de respondre personalment a les preguntes. Es realitzarà una posada en comú sobre els respectius "revisions".

**Avaluació:** Iniciem un petit diàleg es preguntarà als/les components del grup com s'han sentit en haver de respondre a aquestes preguntes i sobre com s'ha desenvolupat el diàleg posterior

### COMPARTIR QUALITATS.

Objectiu: Reforçar el coneixement propi i el que tenim dels altres.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un hexàgon gran per grup en 6 trossos i un bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix el grup en subgrups de 6 persones. S'entrega a cada grup un hexàgon tallat en sis parts. Cada part ha de portar un nombre al revers. S'entrega a cada membre del grup dels sis trossos de l'hexàgon que porten el mateix nombre. Se situa en el centre del subgrup una persona cada una de les altres escriu en un tros de l'hexàgon una cosa positiva del/de la company/a. Només es poden escriure qualitats reals. Una vegada que tothom hagi acabat llegiran el que han escrit. Després una altra persona passa a ocupar el lloc del centre i es repeteix l'exercici. Només s'han de dir qualitats, evitar que aquestes es repeteixin. Convé que abans de posar-se a escriure hagi uns moments de reflexió. Cal que l'exercici es faci amb sinceritat.

**Avaluació:** Iniciarem un petit diàleg en el qual es preguntarà a les persones del grup com els ha semblat l'exercici, que qualitats han descobert en ells mateixos o en els altres, si els ha costat trobar coses positives sobre els altres persones.

### **QÜESTIONARI DEL JOC DE CONEIXEMENT: ¿QUE SAPS DE ..?**

Esteu omplir el qüestionari següent. Per a això has de buscar entre els membres de la classe un / a que reuneixi les característiques que es demanen en la pregunta, Però ...! Atenció!. No repeteixis dues vegades el mateix nom a tot el qüestionari. Es pot consultar la resposta amb l'interessat. Si ja saps alguna cosa abans és preferible que no posis aquest nom i descobreixis un altre amb la mateixa característica Anim! I a la recerca!. Tens 15 minuts per realitzar-lo.

CERCA ENTRE ELS MEMBRES DEL TEU GRUP UNA PERSONA...



<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Què toqui un instrument musical?</li> <li>2. Què tingui un passatemps poc corrent?</li> <li>3. Què compleixi els anys el mateix dia o mes que tu?</li> <li>4. Què col·leccioni alguna cosa?</li> <li>5. Què hagi sortit fora d'Espanya?</li> <li>6. Què li agradi el mateix tipus de música que a tu?</li> <li>7. Què realitzi alguna activitat a la parròquia?</li> <li>8. Què hagi llegit un mateix llibre que tu?</li> <li>9. Què li agradi mirar a les estrelles?</li> <li>10. Què vegi poca televisió?</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. Què li agradi llevar-se tard del llit?</li> <li>12. Què li agradi la mateixa cançó que a tu?</li> <li>13. Què li agradi el mateix tipus de roba que a tu?</li> <li>14. Què tingui un animal a casa?</li> <li>15. Que la seva família, els que habiten a casa freqüentment, està composta per més de 4 membres?</li> <li>16. Inventat una pregunta</li> <li>17. Assenyala una persona del grup a qui t'agradaria conèixer una mica més</li> </ol>
--	---

## CONSTEL·LACIÓ DE SÍMBOLS.

Objectiu: Crear un clima de confiança i descobrir aspectes positius de les persones. **Participants:**

Grup classe. Grups de 6 persones. **Material:** Un foli i un bolígraf. **Temps:** 30 minuts. **Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix el grup en subgrups de 6 persones. Cada una ha d'escollir per les altres persones del grup un símbol que representi la seva manera de ser, indicant el motiu pel qual el representa així. Després d'uns moments de silenci es diuen els símbols que hagin estat elegits per les altres. Exercici útil per convivències. Tots els símbols han de referir-se a qualitats positives.

**Avaluació:** Obrim un diàleg en el qual es preguntarà com els ha semblat l'exercici i si se senten identificats amb els símbols que les altres persones han escollit per a ell/a.

## PARAULA - CLAU.

Objectiu: Animar a la participació i conèixer la manera de pensar de les altres persones del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Tothom assegut en semicercle davant d'una pissarra, se'ls convida a apropar-se i escriure amb una sola paraula els seus desitjos o expectatives. Cada persona s'acosta i escriu a la pissarra totes les vegades que vulgui, només una paraula cada vegada. En un segon moment, tothom s'acostaran a la pissarra i ratllarà les paraules que no els agradin. Es poden ratllar les paraules pròpies o les d'altres persones. No es pot afegir res a l'escrit. En un tercer moment, tothom es podran apropar a la pissarra i subratllar aquelles paraules que més els agradin o que jutgin de major importància. En un quart moment, d'entaular un diàleg sobre una de les paraules que hagi estat escollida per la majoria.

**Avaluació:** Iniciem un diàleg en el qual es preguntarà com s'han sentit en veure com les seves paraules eren ratllades o subratllades. Assenyalar la importància que té l'ésser acceptat o rebutjat pels altres.

## CANVIAR DE PUNT DE VISTA.

Objectiu: Aprendre a percebre una situació des del punt de vista d'una altra persona.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un foli i un bolígraf. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Contestar a aquestes tres preguntes:

EL JO: Què és important per a mi?, Què és el que em fa únic?, Quins són els meus punts febles i els meus punts forts?, Qui i què han fet de mi el que sóc?. EL JO I ELS ALTRES: Quines són les meves amistats preferents?, Qui són els meus herois, els meus models?, Quin tipus de diferència tinc i amb qui?, Com s'arreglen estàs diferències?. EL JO I LA SOCIETAT: Quin és el meu paper en la societat avui i demà?, quina influència podria exercir-hi ?, En quina mesura depèn la meva existència de la societat?. Les persones primer responen com creuen que respondrien els d'un altre grup. Després responen a les preguntes des del seu punt de vista.

**Avaluació:** S'analitzaran les diferències entre les reaccions prejutjades i les reals. Pensar en les conseqüències dels nostres prejudicis.

### CONEIXENT-SE

**Objectiu:** Tractar d'aprofundir en el coneixement de les altres persones.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un full en blanc i un bolígraf. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Repartim un full en blanc i, considerant-la en sentit allargat la separen en tres parts mitjançant ratlles horitzontals. Cada persona anota a la part superior del full dels esdeveniments que considera positius en la seva existència, en la segona part els aspectes negatius en correspondència o no amb els anotats a la primera part. Un cop finalitzada aquesta primera part, el/la presentador/a demanarà que es col·loquin per parelles. Cada un té 10 minuts per presentar l'altre al seu cartell. Tractaran de fer un resum entre els/les dos dels esdeveniments positius i negatius. Per finalitzar, tothom és col·locaran en un grup i cada persona haurà de presentar a la seva parella amb l'exposat en el resum.

**Avaluació:** Es demanarà a cada persona que digui com ha viscut i sentit el joc.

### QUÈ SAPS DE ...?

**Objectiu:** Aprofundir en el coneixement dels altres, crear un clima de sintonia afectiva entre tothom.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Foli amb les preguntes i un bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es farceixen els qüestionaris de manera individual (15 o 20 minuts). Si algun acaba abans d'hora se li convida a posar dos nom en cadascuna de les preguntes. Per omplir els nois / es han de moure i preguntar a tots els altres membres del grup. Això pot suposar un cert desordre pel que caldrà posar algunes normes (no córrer per la sala, parlar en veu baixa, etc.). Un cop emplenada l'enquesta aquesta es posa en comú. L'ordre serà el que ells marquin, sense tractar de forçar les respostes.

**Avaluació:** Es realitzen per part del monitor / a preguntes relatives a com s'han sentit ells reflectits en el joc en veure descoberts en les seves activitats, en les seves aficions, en les seves qualitats, .... També es poden analitzar les conseqüències que per a la marxa posterior del grup ha tingut aquesta activitat. Individualment podrà servir per conèixer el grau de coneixement que tenim dels components del grup.

### OPCIONS CONVERGENTS.

**Objectiu:** Tractar d'aprofundir en el coneixement de les persones.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un full en blanc i un bolígraf. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Els/les participants s'agrupen de dos en dos segons pròpia elecció. Se'ls demana que triïn a una persona que els sigui desconeguda. Disposen de 15 minuts per elaborar conjuntament tres temes de treball que juzgen interessants per començar el curs. Passat aquest temps es reuneixen en gran grup i escriuen a la pissarra els temes proposats. Es distribueixen de nou en grups integrats aquesta vegada per

dues parelles, aquests seleccionaran durant 10 minuts dos temes dels proposats. Es reuneix un altre cop el gran grup i se seleccionen els temes escollits per cada quartet. Es marca l'ordre de prioritats i la manera de tractar els temes seleccionats.

**Avaluació:** Es demanarà a cada persona que és el que ha sentit en treballar amb una altra amb la qual ha tingut poc tracte i els problemes que han sorgit en la selecció i elaboració dels temes.

## ESTIMA

Són jocs en els quals té un paper prioritari l'afirmació dels participants com a persones i del grup com a tal. Posen en joc els mecanismes en què es basa la seguretat en si mateix (autoconcepte, capacitats, etc.) com en relacions a les pressions exteriors (paper en el grup, exigències socials, etc.). Es tracta, de vegades, de fer conscients les pròpies limitacions. Altres de facilitar el reconeixement de les pròpies necessitats i poder-les expressar d'una forma verbal o no verbal, potenciant l'acceptació de tots en el grup. Altres d'afavorir la consciència de grup. Tracten de potenciar els aspectes positius de les persones o del grup, per afavorir una situació en la que tothom se senti a gust, en un ambient motivador. L'avaluació d'aquests jocs és molt important.

### LES ULLERES.

**Objectiu:** Comprendre el punt de vista de les altres persones i com una determinada postura condiciona la nostra visió de la realitat.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Montures d'ulleres sense vidre, o de filferro o cartolina. **Temps:** 15/30 minuts.

**Consignes de partida:** Les persones que participen han de concentrar-se en percebre la realitat a través del prisma que suposen unes ulleres.

**Desenvolupament:** Es planteja: "Aquestes són les ulleres de la desconfiança. Quan duc aquestes ulleres sóc molt desconfiat. Vol algú posar-i dir què veu a través d'elles, què pensa de nosaltres/es?". Després d'una estona, es treuen altres ulleres que es van oferint a successius voluntaris/es (ulleres de la "confiança", del "replicador", "del jo ho faig tot malament", "del "tots m'estimen", "del ningú m'accepta", etc.).

**Avaluació:** En grup. Cada persona pot expressar com s'ha sentit i què ha vist a través de les ulleres. Pot ser l'inici d'un diàleg sobre els problemes de comunicació en el grup.

### EFICIÈNCIA MÀXIMA.

**Objectiu:** Valorar i plantejar la seguretat en si mateix / a en relació a les pressions socials i del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Caixa ampla, flascó estret i 75 clips. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Sis persones voluntàries són convidats a deixar la sala. L'experiència s'explica a la resta del grup. Després, els voluntaris són cridats un per un i se'ls demana sotmetre a un test de destresa manual (capacitat de moviments ràpids i precisos). Als dos primers voluntaris / es se'ls afirma que és generalment possible transferir al voltant de 25 clips en 20 segons, mentre que als dos següents se'ls diu que aquesta xifra és al voltant de 40. Als dos últims se'ls diu que és també de 40 i s'afegeix un factor més, per exemple "una peça" o un premi. Abans de començar, cada vegada, es pregunta al voluntari / a quants clips creu poder transferir a la caixa; després de l'exercici se li demana que s'estableixi un segon pronòstic per a la persona següent. **Avaluació:** Podria tractar sobre la nostra manera de reaccionar davant les pressions del grup i les normes socials i la nostra forma de fer criteris personals, ja sigui acceptant aquells o combatent, però rarament ignorant-(normes de treball, competitivitat, etc.). Què és més important, el que se sent o els criteris dels altres / es ?. És interessant veure l'amplificació del procés quan s'afegeix el factor "por" ( "la peça"). Conseqüències personals del sentiment de fracàs o d'èxit (fenomen d'evasió).

## SI JO FOS ....

**Objectiu:** Afavorir el coneixement i l'afirmació de tothom del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Targeta o postal per persona. Una cosa per escriure. Xinxetes i un paper o paret. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cada un / a omple la seva targeta en silenci durant un temps de 5 minuts.

**Desenvolupament:** Es reparteixen les targetes, que porten escrites unes quantes frases per contestar, d'aquest tipus: Si i fos un cotxe, seria un ...; si jo fos un lloc geogràfic seria ...; si jo fos un animal, seria un ...; si jo fos una música, seria ...; etc. Quan tothom hagin acabat, es recullen les cartes, es barregen i es tornen a repartir, cadascun / a anirà llegint en veu alta successivament la targeta que li ha correspost. El grup ha d'esbrinar qui la va escriure discutint entre ells/es. Quan s'ha esbrinat, es pren la targeta, se li posa el nom i es col·loca en el panell o paret.

**Avaluació:** Pot girar al voltant de les dificultats trobades per identificar-se amb alguna cosa concreta o obrir un diàleg per parelles sobre quina persona creu l'altre/a que ets sobre la base de les respostes.

Notes: Aquest joc és més adequat per a grups en els quals els / les participants no es coneixen molt, tot i que en cas contrari es pot invertir i fer que cada persona triï un company/a i sense dir-ho vagi responent a les preguntes que li vagin fent, i potser ens trobem amb alguna sorpresa. Les frases es poden canviar segons el tipus de grup, i l'edat dels / les participants.

## TÍTOL : VENDRE

**Objectiu:** Aprofundir en el coneixement d'un/a mateix/a.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada persona s'imagina que és un xerraire de carrer que ha de vendre la seva mercaderia. Mercaderia que és "ell mateix". Així doncs, un a un aniran passant i dient als altres les seves virtuts com si estigués intentant que els altres ho comprin.

**Avaluació:** Iniciem un diàleg en el qual és preguntarà com s'han sentit en veure descoberts en les seves activitats, en les seves aficions, en les seves qualitats, ...

## LA CINTA GROGA.

**Objectiu:** Adquirir una experiència personal sobre ser diferent. Estimular la capacitat d'autoafirmar .

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cinta groga i llibreta. **Temps:** 1 hora.

**Consignes de partida:** No llevar-se la cinta groga mai. Ni posar en evidència que s'està fent un exercici.

**Desenvolupament:** Les persones participants es col·loquen, durant un temps establert (una hora, un dia, etc.) una cinta groga lligada al voltant del braç de forma ostensible. Cada participant ha de anotar en un quadern les reaccions que el fet produeixi.

**Avaluació:** Obrim un diàleg en el qual es preguntarà als/les components del grup com s'han sentit?, quins tipus de reaccions s'han produït?, què penseu que senten i viuen les persones de una altra raça, color?, etc.

## ESCULTURES.

**Objectiu:** Aconseguir una comunicació / cooperació per aconseguir una expressió creativa.

**Participants:** Grup classe. Es divideix per parelles. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** El joc es fa en silenci.

**Desenvolupament:** Es juga per parelles, un fa de model i l'altra d'escultora. El / la model deixa que l'escultor /

a li mogui els braços, cames, cos. La comunicació és no-verbal. Acabada l'escultura, s'intercanvien els papers.

**Avaluació:** Primer per parelles, per exemple expressant com s'ha sentit cada un/a, què és el que ha volgut fer, com ha estat la comunicació etc. Després pot fer-se en el grup.

## L'ESPIRAL.

**Objectiu:** Afavorir el sentiment de grup, l'acollida i el contacte de les persones. Coordinació de moviments.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 10 minuts.

**Consignes de partida:** Moviments suaus i no molt ràpids. No oprimir en excés.

**Desenvolupament:** El grup forma una llarga cadena, presos per les mans. La persona que està en un extrem comença a girar sobre si mateixa, mentre la resta de la cadena gira en sentit contrari. Així, fins a quedar tots / es atapeïts en una forta abraçada.

**Avaluació:** Valorar com s'ha sentit en el joc i com ha sentit al grup i la comunicació que s'ha donat en l'espiral (situacions provocades per manca d'espai físic, presa de decisions per a realitzar moviments, etc.) **AFFECTE**

## NO-VERBAL.

**Objectiu:** Estimular el sentiment d'acceptació en grup mitjançant expressió no-verbal.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** El joc s'ha de fer en silenci.

**Desenvolupament:** Un/a participant, amb ulls tapats, se situa en el centre i els altres en cercle al seu voltant. Aquests se li van acostant i li expressen sentiments positius de forma no-verbal, de la manera que vulguin, durant un temps de 2/3 minuts. Després la persona del centre canvia, fins que participin tothom que vulguin.

**Avaluació:** Aquesta experiència d'afecte del grup és molt inusual i important. L'avaluació pot ser necessària per deixar expressar a cada persona com s'ha sentit,. Amb infants petits el temps pot ser excessiu.

## EL MEU ARBRE.

**Objectiu:** Afavorir el coneixement propi i dels altres. Estimular l'autoafirmació i la valoració positiva dels altres. Millorar la confiança i comunicació del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Útils d'escriure. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada persona dibuixa un arbre, el que més li agradi, amb les arrels, branques, fulles i fruits. En les arrels escriu les qualitats/capacitats que creu tenir. A les branques pot anar posant les coses positives que fa. I a les fulles i fruits, els èxits. A continuació es fa la posada en comú, en el transcurs de la qual, cada persona pot afegir "arrels" i "fruits" que li reconeixen i indiquen.

**Avaluació:** Et valors prou ?, han trobat els altres moltes coses que tu no havies valorat ?, com t'has sentit ?, etc.

## AUTOAFIRMACIÓ.

**Objectiu:** Afavorir el coneixement propi i dels altres. Acceptar-se a si mateix / a.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Útils d'escriure i folis **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Realitzar l'exercici en silenci.

**Desenvolupament:** Tot el grup assegut en cercle. L'animador / a convida a que cadascú, sense parlar ni mirar a ningú, escriu les característiques positives que més valora de si mateix / a en el foli. Almenys hauran de ser 4. Es poden expressar amb una paraula, una frase o un dibuix. L'animador / a també participa, i estimula al grup afirmant com tothom té moltes més de 4. A continuació, en silenci, totes les persones passen per la sala amb el seu paper sobre el pit, de manera que tothom pugui llegir-lo . Si hi ha temps, es poden fer

parelles o trios que vulguin preguntar més detalls a prop del que tenen escrit.

**Avaluació:** Et valeres prou ?, han trobat els altres moltes coses que tu no havies valorat ?, com t'has sentit ?, quina imatge pròpia tenim ?, ens acceptem i volem ?, etc.

## SILUETES D'ESTIMACIÓ.

**Objectiu:** Identificar-se amb el seu cos.

Afavorir l'autoestima. Estimular l'actitud de valoració positiva davant d'altres persones.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Paper continu, estris de dibuixar. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es col·loca el paper continu sobre la paret perquè les persones del grup, per parelles, dibuixin les seves siluetes. Després es retallen i es pinten, col·locant-se en la paret perquè siguin emplenades amb frases afirmatives per les altres persones del grup.

Es poden fer siluetes d'una persona cada setmana "el noi / a de la setmana", fins a completar el grup. O bé en un moment donat la d'alguna persona que necessita ser afirmada.

## CONFIANÇA

Construir la confiança dins del grup és important, tant per fomentar les actituds de solidaritat i la pròpia dimensió de grup, com per preparar-se per un treball en comú. Abans de començar a treballar aquests jocs el grup ha de conèixer-se. Podrem anar introduint diversos jocs que exigeixen graus creixents de confiança, sempre tenint en compte en quin moment es troba el grup.

Errors en la utilització d'aquests jocs:

- Anar es cap a la competitivitat o cap a la broma.
- El joc no es fa bé o malament, sinó que té la seva pròpia dinàmica i valor segons els participants.
- No tenir en compte les persones que realitzen el joc. L'avaluació és imprescindible. **EQUILIBRI.**

**Objectiu:** Afavorir la confiança en un / a mateix i en l'altre / a. Estimular la cooperació i el sentit de l'equilibri.

**Participants:** Grup classe. Dividir-se en parelles. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts. **Consignes de partida:** És important convidar a que les parelles es formin entre persones desproporcionades.

**Desenvolupament:** És reparteixen per parelles. Dins de cada parella els integrants es posen cara a cara, donant-se les mans, ajuntant els peus i unint les punteres. A partir d'aquesta posició i sense desenganxar els peus de terra, cada integrant va deixant-se caure cap enrere amb el cos completament recte. Així fins a arribar a estirar completament els braços i aconseguir el punt d'equilibri dins de la parella. Un cop assolit l'equilibri es poden intentar fer moviments cooperant i sense doblegar els braços: una de les integrants de la parella doblega les cames mentre l'altra la sosté, les dues baixen, etc.

**Avaluació:** Com ens sentim?. Va ser fàcil trobar l'equilibri?. Què va passar amb parelles molt desproporcionades?.

## EQUILIBRI COL·LECTIU: L'ARBRE QUE ES MOU.

**Objectiu:** Afavorir la confiança i la cooperació i cohesió grupal. Estimular el sentit de l'equilibri.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cal deixar-se caure molt a poc a poc per aconseguir l'equilibri del grup.

**Desenvolupament:** Tot el grup en cercle, donats de la mà, amb les cames una mica obertes i separats fins a tenir els braços estirats. El grup es numera de l'1 al 2. Les persones que tenen el número 1 aniran cap endavant i les del 2 cap enrere. Cal deixar-se caure cap enrere o cap endavant molt a poc a poc fins aconseguir el punt d'equilibri. Un cop aconseguit es poden canviar, els 1 aniran cap enrere i els 2 cap endavant. I, fins i tot, acabar intentant passar d'una posició a una altra de forma ininterrompuda.

**Avaluació:** Quines dificultats es van produir ?. Quins problemes hi ha a la vida real per confiar en un grup i aconseguir cooperar cadascú des de les seves potencialitats ?.

## PARELLA DE ESTÀTUES.

**Objectiu:** Afavorir la confiança i la cooperació i cohesió grupal. Fomentan la confiança.

**Participants:** Grup classe. Dividir-se per parelles. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** En parelles, una de les persones adopta una posició com si fos una estàtua. Un altre/a amb ulls tapats, ha de descobrir la postura, per imitar-la. Una vegada que creu haver-ho aconseguit, els observadors li destapen els ulls per comparar els resultats. A continuació es van canviant els papers. Variant: Fer-ho amb grups de 3-4 persones a cada paper. Les que estan amb els ulls tancats poden parlar entre si.

**Avaluació:** Com hem sentit la comunicació i el contacte físic ?.

## BARÒMETRE DE CONFIANÇA.

**Objectiu:** Avaluar el grau de confiança i acord.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Material per escriure. Fitxes amb les expressions enunciades. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada persona individualment ha de respondre a l'escala que es presenta més endavant. L'animador / a mostra cadascuna de les expressions en una targeta o fitxa, tal com apareix en l'escala. La primera sèrie d'expressions es refereix al grup; la segona als membres individuals. Cal ordenar les dues sèries de targetes, cadascuna d'una banda, de manera que l'expressió que millor vagi amb l'opinió del grup tindrà el número 1, i la pitjor el número 12. A continuació se sumen els nombres que estan en els parèntesi de les 4 primeres targetes (per separat per a cada sèrie de targetes). Després es posen aquestes sumes en l'escala del baròmetre "d'acord" que figura més endavant.

**Avaluació:** Es comenten els resultats obtinguts en l'escala respecte a quatre aspectes: conflicte, adaptació, desacord i acord. Comenta com t'has sentit, què en penses d'aquests resultats, etc.

### **MATERIAL:**

#### **Primera sèrie de targetes: En el grup he observat el següent:**

Hi havia molta calor i amistat. Abundaven els comportaments agressiu - destructius. Els membres del grup estaven poc interessats i integrats. Alguns membres del grup tractaven de dominar i agafar el lideratge. Ens enteníem admirablement. Es trobava a faltar una mica d'ajuda. Bona part de les converses eren intrascendents. Estàvem plenament bolcats en el nostre treball. Tots van ser summament cortesos. Hi havia un profund malestar. Treballàvem en qüestions de procediment. Discutíem sobre qüestions referents al nostre treball.

#### **Segona sèrie de targetes: En mi mateix / a he observat el següent:**

Amb alguns / es vaig ser amistós i cordial. Tot just vaig mostrar interès. Vaig estar concentrat / a en la tasca. Vaig ser atacat per diversos / es. Em s'apoderi del lideratge del grup. Em vaig mostrar cortès amb tots / es. Les meves propostes van ser generalment desencertades. Vaig ser un simple comparsa. Vaig acceptar fàcilment les propostes del grup. Em trobava disgustat / a. Vaig ser viu i agressiu / a. Vaig ser ben comprès per tots / es.

## ARTISTES.

**Objectiu:** Augmentar la confiança dels components del grup.

**Participants:** classe. **Material:** Una còpia per a cada persona de la següent llista i un bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es demana que tots els components del grup enumeren la llista que se'ls ha donat per ordre de preferència de l'1 al 8. L'un per a l'activitat preferida i el vuit per la menys preferida. Un cop finalitzada l'ordenació, l'animador demana que aixequin la mà els que han escollit la primera de la llista i així successivament. S'anoten els resultats de l'elecció realitzada per cada un dels components. Es entaula un petit diàleg sobre els resultats. L'animador, llavors, realitzarà la següent pregunta: t'has trobat incòmode pensant que, potser, hauries de fer el que indica la llista ?. Si l'animador creu convenient i sempre sense forçar els components del grup animarà que es realitzin algunes de les opcions escollides.

**Avaluació:** Obrir un diàleg sobre el que han sentit triant les opcions presentades i a l'hora de realitzar-les.

### COMPARTIR QUALITATS.

**Objectiu:** Crear un clima positiu de confiança i comunicació interpersonal. Reforçar el propi coneixement i el coneixement que tenim dels altres.

**Participants:** Grup classe **Material:** Sis hexàgons grans, un per grup, tallats en sis trossos. Útils d'escriure.

**Temps:** 45 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix la classe en grups de 6. S'entrega a cada grup 6 hexàgons, tallats en sis parts. Cada tros dur al revers un nombre. S'entrega a cada persona del grup dels sis trossos de l'hexàgon que porten el mateix nombre. Instruccions per al professor / a: Un qualsevol del grup s'ofereix com a voluntari per ser FOCUS, i es col·loca en el centre del grup. Cada un dels altres membres del grup pren un tros d'hexàgon i escriu-hi: TOTES LES COSES POSITIVES PUGUI SOBRE EL COMPANYY. Només es poden escriure qualitats reals. Abans de començar, reflexioneu uns moments sobre les qualitats del company / a. Quan hagin acabat, cada un diu a qui ha fet FOCUS les qualitats que ha posat i li lliura el seu tros d'hexàgon. Després s'ofereix un altre voluntari i es repeteix l'exercici, fins que hagin passat tots els membres del grup.

**Avaluació:** Un diàleg sobre l'exercici realitzat. Com ha resultat l'exercici?, heu descobert qualitats que no coneixíeu en algun company/a?, us ha costat molt trobar coses positives que escriure dels vostres companys/es?, a què és degut?. Notes: Han d'excloure totalment els aspectes negatius. No s'ha d'evitar que es repeteixin les qualitats sobre un mateix infant Només han de dir-se o escriure qualitats reals. Abans de posar-se a escriure ha d'haver un temps de reflexió. L'exercici s'ha de fer amb serietat i concentració.

<b>Ordena la següent llista d'activitats de l'1 al 8:</b>	
Llegir en veu alta una lectura del llibre.	Imitar sons d'animals perquè els altres companys els endevinin.
Caminar sobre la sala amb un llibre sobre el cap.	Parlar durant tres minuts d'allò que més t'agrada dels teus companys.
Recitar una poesia.	Realitzar una pantomima sobre una persona.
Explicar un acudit.	Parlar durant tres minuts de la teva millor qualitat.

### SEMBLANTS.

**Objectiu:** Augmentar la confiança en un / a i en els / les altres components del grup.

**Participants:** Grup - classe. **Material:** Cap. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.



**Desenvolupament:** S'explica en què consisteix el joc, llavors, demana a alguna persona del grup (si és possible voluntària) que diguin persones del grup semblants a ells/es. En una segona fase del joc tothom hauran de dir a qui són semblants. Un cop, que tots hagin dit els seus semblants se'ls demanarà que expliquin el per què se semblen. En la pissarra es posaran els/les participants i les eleccions rebudes. En una fase final s'establirà un diàleg entre tothom del grup perquè es comentin els aspectes semblants que creuen tenir amb altres persones.

**Avaluació:** S'establirà un diàleg entre tothom del grup expliquin que és el que han sentit en veure les semblances amb les altres persones del grup. Cal assenyalar també els descobriments que han realitzat en fer aquest joc.

## COLLAGE.

**Objectiu:** Crear un clima positiu de confiança i comunicació en el grup. Reforçar la imatge positiva de si mateix i dels altres membres del grup i de la classe.

**Participants:** Grup classe. Grups de 8 persones. **Material:** Un full mural gran per a cada grup. **Materials** necessaris per realitzar un collage. Tisores, cola i retoladors. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix la classe en grups de 8. S'entrega a cada grup el material necessari per fer un collage. "Aneu a fer un collage que representi les qualitats positives que té cada un dels membres del grup". Dediqueu uns minuts a dialogar sobre quines qualitats positives defineixen millor a cada un dels nois / es del grup, i com les aneu a representar. Construïu un collage que expressi aquest conjunt de qualitats. Ningú del grup ha de quedar exclòs. Trieu només les qualitats positives. Trieu el mateix nombre de qualitats per a cada un / a. Cada grup exposa el seu collage en públic. Per torn, cada grup va explicant què ha volgut expressar en el seu collage i com ho ha expressat. Es pot entaular un diàleg de la classe amb el grup demanant aclariments.

**Avaluació:** Com s'ha desenvolupat el treball del grup ?, us ha constatat molt trobar qualitats positives dels vostres companys/es?, a què creieu que és degut?, heu descobert qualitats positives d'algun company/a que abans desconexíeu?.

**Notes:** Només es poden expressar qualitats positives. Només han d'expressar-qualitats que realment tinguin les persones del grup.

## CONSTEL·LACIÓ DE SÍMBOLS.

**Objectiu:** Crear un clima de confiança i comunicació interpersonal en el grup. Descobrir els aspectes positius que hi ha en els altres.

**Participants:** Grup classe. Dividir la classe en grups de 6. **Material:** Un full de paper per a cada un i útils d'escriure. **Temps:** 45 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix la classe en grups de 6 alumnes. L'exercici consisteix en què cada un ha d'escollir per a cada un dels altres cinc companys de grup un SÍMBOL QUE RERESENTE LA SEVA MANERA DE SER, indicant el motiu pel qual el representa així. Un estel, perquè sols acompanyar en els moments difícils. Una rosa, perquè ets simpàtic. Durant uns minuts estan tots en silenci, mentre cadascú tria els símbols que millor representen a cadascun dels seus companys / es. Després es procedeix a una posada en comú. Tots van dient el símbol amb què han representat a un dels del grup. L'interessat pren nota i fa la seva pròpia constel·lació de símbols, amb les notes que ha pres. Després es procedeix de la mateixa manera amb cada un dels altres membres del grup. Quan tots han acabat es té un intercanvi sobre el que a cadascú li han dit i com es veu ell: si està d'acord; si està en desacord; si li han dit coses que mai havia pensat, etc.

**Avaluació:** Com ha resultat l'exercici?, heu descobert qualitats que no coneixíeu en algun company/a ?, us ha costat molt trobar els símbols?, a què és degut?.

Notes: És important que tots els símbols es refereixin exclusivament a qualitats positives dels altres. L'objectiu és que tots / es intentin descobrir el positiu dels altres i valorar-; i, al mateix temps, que cada un / a dels membres del grup se senti valorat. L'ambient ha de ser de serietat i sinceritat.

### PALMELL O PUNY.

**Objectiu:** Desenvolupar la confiança entre els / les components del grup.

**Participants:** classe. **Material:** Un foli amb la taula i un bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Els/les jugadors posseiran el gràfic que apareix a la següent full al costat de la taula. Els/les components del grup es divideixen per parelles, si és possible aquells components que tinguin una menor relació entre ells formaran les parelles. Es col·locaran amb les mans a l'esquena. A un senyal de l'animador/a els/les jugadors ensenyaran la mà oberta o el puny tancat. Cada parella apuntarà el resultat que obté en cada jugada, de la següent manera: Si els dos treuen el puny, tots dos guanyen un punt, si tots dos treuen el palmell, cadascun guanya dos punts, si un treu puny i un altre / a treu palmell, qui hagi tret puny guanya quatre punts i l'altre zero. Els resultats s'apunten a la taula. Quan tots / es han entès les regles de joc, comença aquest. S'ensenyen les mans 10 vegades. Un cop finalitzada aquesta primera fase se sumen els resultats de cada jugador/a i s'ensenyen els resultats als altres companys / es. S'inicia una segona part en què els / les jugadors / es poden comentar i negociar amb el seu company / a el possible moviment. Es realitzen deu jugades, s'apunten els resultats i es comenten les puntuacions. Després s'inicia una tercera fase que es desenvolupa de la mateixa manera que les dues primeres només que en comptes de ser individus seran parelles (hauran de prendre una decisió conjunta abans de treure la mà, s'aniran alternant a cada jugada). Anotar els resultats i es comentaran.

**Avaluació:** Realitzarem preguntes com: "Com us va sentir?", "Estàveu competint o col·laborant?", "La segona vegada heu actuat d'una manera diferent?", "Us heu lloc de acord en un moviment i després us heu ?.

### PETITS SECRETS.

**Objectiu:** Desenvolupar la confiança entre els components del grup.

**Participants:** grup - classe. **Material:** Folis. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** cap.

**Desenvolupament:** Tots en cercle pensem en el secret més profund, amagat, ... No 'explicarem, pensem en ell ... Ara imaginem que revelem aquest secret aquí. Quina creieu que seria la reacció dels presents?, es riurien?, ho entendrien?, ... Si es vol es pot respondre en alt a aquestes preguntes.

**Avaluació** Iniciem un diàleg en el qual es preguntarà com s'han sentit en haver de pensar en el seu secret o haver de contar-ho fictíciament. Tractar de donar resposta a tots els secrets que apareguin. VENTALL

### D'ESTIMES

**Objectiu:** Afavorir la confiança i la cooperació i cohesió grupal. Fomenten la confiança.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Paper i bolígraf. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Asseguts en cercle cada persona escriu el seu nom a la part alta del full i el passa a la persona de l' esquerra, aquesta li escriu alguna cosa que li ha agradat de la persona anterior i passa el full, tothom escriu alguna cosa que li agrada de la persona el nom posa al full i la hi passa al següent. Així, fins que donant una volta completa torni al seu propietari. Per evitar que ningú es vegi influït pel que posin les persones anteriors es pot doblegar el paper en ventall i cada persona escriure el seu missatge en un dels plecs del ventall.

**Avaluació:** Què hem pensat en pensar que estaven escrivint de nosaltres?, com ens hem sentit nosaltres en escriure dels altres companys / es ?, etc.

# COMUNICACIÓ

Es cerca estimular la comunicació i intenten trencar la unidireccionalitat de la comunicació verbal. Pretenen afavorir l'escolta activa en la comunicació verbal i de l'altra, estimular la comunicació no - verbal, per afavorir noves possibilitats de comunicació. Els jocs afavoreixen unes relacions més properes i obertes.

## EL MICRÒFON MÀGIC

**Objectiu:** Animar a parlar. Afavorir la cooperació en l'ús de la paraula i l'escolta.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un micròfon o instrument que faci de micròfon. **Temps:** 15/30 minuts.

**Consignes de partida:** Només es pot parlar a través del micròfon. Cal anar-ho passant constantment.

**Desenvolupament:** S'asseuen en cercle. L'objecte que fa de micròfon es passa d'una persona a una altra i decidir per si mateixos tant si volen parlar, com passar l'objecte sense fer-ho. Es pot compartir el micròfon (cooperació).

**Avaluació:** T'han llançat a parlar el fet que et passessin el micròfon?. Com has viscut el fet de no poder parlar en alguns moments al no tenir el micròfon?, ...

## PERCEPCIÓ.

**Objectiu:** Afavorir la percepció. Aprendre com la realitat es pot veure des de diferents punts de vista i ser diferent des de cada un.

**Participants:** Grup classe. Dividir la classe en petits grups. **Material:** Dibuixos. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Mirar atentament els dibuixos que hagi preparat l'animador / a durant un parell de minuts. En grups petits comentar què ha vist cadascú.

**Avaluació:** Podríem parlar sobre l'objectivitat - subjectivitat i les diferents percepcions que tenim cadascú.

## DICTAR DIBUIXOS.

**Objectiu:** Afavorir la comunicació i l'escolta. Analitzar les limitacions d'una comunicació unidireccional.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Útils per dibuixar. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Deixar ben clar, que fins al final de TOT no es pot mirar cap dibuix. Precisament l'avaluació serà en base a comparar els dos dibuixos realitzats amb diferents regles.

**Desenvolupament:** Ens dividim en parelles i es situen esquena contra esquena i sense tocar-se. Es lliura un dibuix fet prèviament i la persona que ho veu li dictar a la seva parella, sense que la que no ho veu pugui parlar ni fer cap so o pregunta. Mentre que dura l'exercici cap dels membres de la parella pot girar el cap. Un cop acabat per totes les parelles i sense mirar els seus respectius dibuixos, es torna a començar, canviant les regles. Aquesta vegada queden cara a cara, i comença a dictar, sense fer gestos. Aquesta vegada la seva parella pot fer-li preguntes, però no es poden veure els dibuixos. Podem repetir tot l'exercici canviant els rols dins de les parelles i amb un nou dibuix. Per la 2ª vegada utilitzar una mica més abstracte o figures més irregulars.

**Avaluació:** Es comparen els dibuixos realitzats, es pot comparar el temps que va prendre realitzar d'una forma i d'una altra, així com la precisió. Com es van sentir només escoltant?, només dictant?, Podent parlar tots dos?, quin tipus de "comunicació" es donava en un cas i en l'altre?, com influeixen altres canals: mirada, expressió de la cara, etc?, Problemes de la comunicació verbal?, etc.

## PARAULES CREUADES.

**Objectiu:** Fomentar la participació de tot el grup en un treball comú. Estimular la comunicació i la reflexió grupal. Facilitar la participació de les persones amb més dificultats per expressar-se.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Pissarra i guix. **Temps:** 10/15 minuts.

**Consignes de partida:** "Escriurem aquelles paraules que expressin alguna cosa important per a nosaltres/es

**Desenvolupament:** Es dóna la consigna:.. Ho farem en silenci i seguint la norma del joc que consisteix en escriure cada paraula fent servir una lletra de la paraula ja escrita, de manera que totes les paraules es vagin creuant com en uns mots encreuats.

**Avaluació:** Quin nivell de participació hi va haver?. Quin tipus de continguts van sortir?. A quines conclusions es van arribar?. Etc.

### AIXÒ EM RECORDA.

**Objectiu:** Fomentar la participació de tot el grup en un treball comú. Estimular la comunicació i la reflexió grupal. Facilitar la participació de les persones amb més dificultats per expressar-se.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** Entre 15 i 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Un participant recorda alguna cosa en veu alta. La resta dels participants manifesten el que a cada un d'ells, això els fa recordar espontàniament. S'ha de fer amb rapidesa. Si es triga més de 4 segons, dóna una peça o surt del joc.

**Avaluació:** Com valorem els sentiments? , Ens és fàcil expressar-los? , Estem atents als dels / les altres ?.

### CINTES DE PREJUDICIS.

**Objectiu:** Analitzar com influeixen els estereotips en la comunicació. Estimular la comunicació i la reflexió grupal.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cintes de cartolina, retolador i cello. **Temps:** Un dia, unes hores, una hora.

**Consignes de partida:** L'animador / a prepara cintes per col·locar al voltant del cap amb diversos estereotips: "seductor", "pesada", "espavilat", "terrorista", "violador", "pilota", etc ..

**Desenvolupament:** El animador / a col·loca a l'altura del front les cintes sense que siguin vistes per la persona a la qual se li col·loca. Un cop totes les persones tenen les cintes posades es proposa un tema a discutir. Cadascú tractarà a les altres persones, durant la discussió, basant-se en el que per a ella significa l'estereotip que el veu al front. No cal dir obertament el que posa, sinó tractar a aquesta persona amb la idea que tens d'una persona que respongués a aquesta "etiqueta".

**Avaluació:** Com afecta la comunicació la primera imatge que et formes d'algú ?, o la que et donen ?, com us heu sentit ?, es valora el mateix la paraula de tot el món ?. Notes: Es pot fer en el transcurs d'una classe, tota una matí, durant un esmorzar, etc.

### PRESA DE DECISIONS RAPIDA.

**Objectiu:** Aprendre a concentrar-se en l'essencial a l'hora de prendre decisions. Desenvolupar la creativitat a l'hora de buscar solucions ràpidament, en situacions difícils.

**Participants:** Grup classe. Dividir-se en grups de 3 o 4 persones. **Material:** Útils d'escriure. **Temps:** 15 minuts.

**Consignes de partida:** El **Temps** de reflexió serà molt curt (30 segons).

**Desenvolupament:** L'animador / a va plantejant situacions, donant un temps perquè els grups escriguin les seves solucions. Es continua, d'igual forma, amb la resta de situacions (unes 6). A continuació, es tornen a llegir una a una les situacions, escoltant totes les solucions escrites pels grups i avaluant, abans de passar a la següent situació.

Situacions:

- A la sortida del cinema arribem al cotxe. Algú està intentant obrir-lo forçant el pany, què faríeu?.
- Estàs moderant una reunió molt important. Un grupet pertorba contínuament, què fas?. -Organitzeu una conferència sobre pacifisme. La sala és plena. La policia us anuncia que hi ha un avís de bomba al local i cal desallotjar, què faríeu ?.
- Uns amics / es s'han anat de vacances i t'han deixat la clau del seu pis. Aquesta nit vas a dormir allà sol. A mitjanit sents que s'obre la porta, què fas ?.

**Avaluació:** Es discuteix sobre les diferents solucions plantejades. Es pot intentar treure-ne de noves que surtin d'escoltar les plantejades.

**Situacions:**

1. A la sortida del cinema arribem al cotxe. Algú està intentant obrir-lo forçant el pany, què faríeu ?.
2. Uns amics / es s'han anat de vacances i t'han deixat la clau del seu pis. Aquesta nit vas a dormir allà sol. A mitjanit sents que s'obre la porta, què fas ?.
3. Una persona, ben vestida, s'acosta a tu a l'estació de ferrocarril a demanar-te diners per completar el que ella té i poder treure el bitllet per a Madrid.
4. A la botiga (fruiteria) hi ha una persona que es vol "colar".
5. Has muntat a l'autobús sense bitllet, en una parada de l'autobús es munta una persona de la companyia per controlar si tots els passatgers tenen bitllet.
6. Passejant pel carrer veus a un triler, què fas ?.

## EL JOC DELS MISSATGES.

Objectiu: Desenvolupar actituds d'atenció als altres i actituds positives per captar els seus "missatges" afectius. Trencar els bloquejos en els primers moments de la vida del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Sobre amb frases. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Tants missatges com a persones hi hagi al grup.

**Desenvolupament:** S'han preparat tants missatges com a persones que juguen. Cada missatge es col·loca dins d'un sobre, i inclou el nom de la persona a qui es destina. Es distribueix a cadascun un sobre, tenint cura que ningú rebí el seu propi missatge. "Cada un rebrà un sobre amb un missatge al seu interior, destinat a una altra persona del grup, al llarg de l'hora (o del dia), cadascú intentarà descobrir qui té el seu missatge, i, al mateix temps, s'ha de donar a conèixer al destinatari del missatge que ell té. " Regals: Ningú pot dir a ningú que té el seu missatge, només pot fer-se tenint atencions o deferències amb l'altra persona; i mai de manera ostentosa. Ningú pot preguntar a ningú només pots endevinar qui té el teu missatge estant atent a les mostres d'atenció i d'afecte dels altres. Cada persona ha d'intentar captar totes aquelles actituds dels altres envers ell que li poden indicar que algú té el missatge a ell dirigit. Cal obligar al company a investigar qui té el seu missatge. Es reparteixen després els missatges a cada persona, i immediatament es canvia d'activitat.

**Avaluació:** T'ha estat fàcil o difícil descobrir qui tenia el teu missatge?, a què ho atribueixes?, què has après amb aquest joc?, aquest joc ha influït en la teva manera de relacionar-te amb els teus companys/es?, i en la manera de relacionar-te amb aquell a qui anava destinat el teu missatge?, en què?.

## UNA CLASSE AMB PROBLEMES.

Objectiu: Analitzar les actituds de cada un/a davant el grup. Autoavaluar les actituds davant el grup, en situacions de tensions, friccions o dificultats de relació a la classe.

**Participants:** classe. **Material:** Qüestionari "JO EN AQUESTA CLASSE ...". **Temps:** 60 minuts.

## Consignes de partida: Cap.

**Desenvolupament:** El tutor/a reparteix a cada alumne/a un exemplar del qüestionari i demana que l'emplenin seguint les instruccions del mateix.

A continuació, es divideix la classe en grups. Cada grup contesta aquestes qüestions:

Enumera les 3 coses que més dificulten les bones relacions a classe.

Quines són les causes de les dificultats de relació que tenim a classe ?.

Què podria fer per resoldre-les ?. Proposeu solucions concretes.

Es fa una posada en comú del que els grups han contestat a cada pregunta. S'estableix un diàleg general a classe sobre el tema, a partir de la posada en comú. El tutor / a pot recollir el qüestionari contestat i analitzar detingudament per treure les seves conclusions respecte de l'ambient de la classe. Notes: Sinceritat.

"JO EN AQUESTA CLASSE ...". Assenyala com et sents tu respecte del contingut de cada frase, posant una X a la casella corresponent, d'acord amb aquesta qualificació: 1. Mai /quasi mai. 2. Poques vegades. 3. A vegades sí, altres no. 4. Sovint. 5. Sempre o gairebé sempre. Contesta ràpidament, amb el primer que et vingui en pensar en com et sents tu a classe. No hi ha respostes bones ni dolentes. La resposta correcta és la que millor indica com et sents tu realment. No posis el teu nom. No abuisis de contestar amb el número 3.

"JO EN AQUESTA CLASSE ...«	1	2	3	4	5
Puc expressar amb llibertat les meves idees.					
Puc expressar amb llibertat els meus sentiments.					
No admeto idees diferents a les meves.					
Gaudeixo quan els altres em coneixen.					
Estic preocupat pel que els altres poden pensar de mi.					
Em sento a gust. Em sento sol.					
Em relaciono només amb uns pocs de la classe.					
Semblo diferent del que realment sóc.					
Em sento insegur de mi mateix.					
Crec que els altres no em aprecien prou.					
Sóc conscient de com els altres em veuen.					
Tinc la impressió que els altres es preocupen de mi.					
Tinc la impressió que els altres no m'escolten.					
Em sento nerviós. Tinc la impressió que els altres em critiquen.					
Crec que els altres no em veuen com sóc.					

Tinc la impressió que els altres no són sincers.					
Em sembla que els altres són freds.					
Tinc la impressió que els altres es riuen de mi quan m'equivoco.					

Pensa ara en els problemes i dificultats de relació que tenim a la nostra classe.

- Enumera les 3 coses que més dificulten les bones relacions a classe.
- Quines són les causes de les dificultats de relació que tenim a classe ?.
- Què podria fer per resoldre-les ?. Proposeu solucions concretes.

### DIÀLEGS AMB TESTIMONI.

Objectiu: Comprendre les dificultats de comunicació. Exercitar l'actitud d'escolta i comprensió de l'altre/a. Ser conscients de les barreres que dificulten la comunicació i analitzar les actituds que permeten superar-les.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un full d'instruccions per a cada alumne / a. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Respectar els torns de paraula.

**Desenvolupament:** El tutor / a presenta què es pretén amb aquest exercici, explicant els objectius del mateix. Reparteix un full d'instruccions a cada persona i explica el seu contingut fins assegurar-se que tots ho han comprès. Es divideix la classe en grups de 3. Cada grup es reparteix els rols i tria els temes a tractar. La conversa es desenvolupa en tres temps de 10 minuts cada un, segons el full d'instruccions. En acabar el temps, posada en comú general. Full d'instruccions: Cada grup consta de 3 alumnes que han de desenvolupar papers diferents (paper A, B, C). 2 alumnes (A i B) trien entre els dos un tema i sostenen una conversa sobre ell, observant les regles del joc: - A comença amb una frase, una afirmació. - B ha de repetir en principi la frase d'A amb el seu sentit exacte; si el sentit de la frase no ha estat desfigurat per B, A ha de confirmar-ho amb "és veritat" o "és cert"; només llavors pot B respondre a la frase d'A - Si una frase, per exemple, no és repetida en tot el seu sentit per B (o per A), no la confirma amb "és veritat" o "és cert" sinó que la nega amb "fals" o "no", i B (o A) ha de repetir-la de nou; si continua sent falsa, ha de dir-la una altra vegada A (o B), B la repeteix, etc. - C s'encarrega d'actuar com a observador i només intervé verbalment quan les regles del joc no es compleixen. S'encarrega de mesurar el temps. Aquesta conversa dura en cada cas 10 minuts (es repeteix en total i vegades). Als 10 minuts es canvien els papers. Al cap de 30 minuts, reunió general d'avaluació de l'exercici.

Exemple: Suposem que el tema fos aquest: ¿serveix per a alguna cosa els delegats de classe ?, A: Jo crec que els delegats no serveixen per a res, perquè els professors no els fan cas. B: Tu penses que els delegats no serveixen per a res, perquè els professors no els fan cas. A: És veritat. B: Doncs jo penso que si no tinguéssim delegats, els professors ens farien encara menys cas, perquè no hi hauria ningú que no representarà, ni bé ni malament. A: Tu opines que és millor que tinguem delegats, perquè si no existissin, no ens representaria davant els professors, ni bé ni malament. B: Cert. A: ...

**Avaluació:** Quines dificultats has trobat per comprendre l'altre/a?. Què has descobert respecte de la necessitat d'escoltar a l'altre/a?. Quines aplicacions pot tenir aquest exercici per als nostres grups?.

### NIVELLS DE COMUNICACIÓ.

Objectiu: Exercitar l'actitud d'escolta i comprensió de l'altre / a. Ser conscients de les barreres que dificulten la comunicació i analitzar les actituds que permeten superar-les.

**Participants:** Grup classe. Parelles. **Material:** Foli amb preguntes i bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Dividit el grup per parelles, dialogui amb el seu company utilitzant les preguntes següents. Però abans llegeixi atentament les normes que ha de seguir:

- No cal fer les preguntes en l'ordre en què apareixen. Pot començar per on vulgui i fer-les saltejades.
- Tota informació rebuda s'ha de tenir com a confidencial en la mesura que els dos ho jutgin oportú - No faci cap pregunta que Vè. No estigui disposat a respondre si es la fan a Vè.
- Qualsevol dels dos pot refusar el respondre a qualsevol pregunta. Si vosté. Prefereix no respondre, indiqui-ho així a la seva parella perquè li faci una altra pregunta diferent.

**Avaluació:** Quines dificultats has trobat per comprendre l'altre/a?. Què has descobert respecte de la necessitat d'escoltar a l'altre/a?. Quines aplicacions pot tenir aquest exercici per als nostres grups de classe o de treball?.

## **NIVELLS DE COMUNICACIÓ (PREGUNTES)**

- Quina importància té els diners en la teva vida?
- Tens altres fonts d'ingressos econòmics a més de la teva feina?
- Quin és el seu hobby o interès preferit?
- Mirant al teu passat, de què se sent més avergonyit?
- Has copiat alguna vegada trapes en exàmens?
- Has mentit alguna vegada a la teva parella en alguna cosa d'importància?
- Quina és la mentida més gran que recordes haver dit?
- Què pensa de les parelles que viuen juntes sense casar-se?
- Tens problemes de salut?
- Quin és el major defecte que té la teva personalitat o manera de ser?
- Què és el que t'agrada o entusiasma més?
- Et consideres apolític?
- Al teu aparença o manera de ser, què creus que és el que més pot agradar o atreure a les persones del sexe oposat?
- Què té menys atractiu per als altres?
- Quina importància té els diners per a tu?
- Si haguessis de fer un viatge ara, ¿quina persona t'agradaria que et acompanyés? ●  
T'agrada gestionar o manipular els altres?

## **EL JOC DELS CONTRARIS.**

**Objectiu:** Experimentar les dificultats i les possibilitats de comunicar-se per diversos mitjans. Aconseguir una comunicació verbal i no-verbal al nivell de grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un foli i bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** El grup es divideix en dos subgrups amb el mateix nombre de components. Es col·loquen en dues files, de manera que cada persona tingui davant de l'altre de l'altre grup, separats uns tres metres entre si. El / la presentador / a presenta consecutivament o alternativament les següents pautes:!. Parleu amb una persona del grup contrari !. .Comunicaros amb la mirada amb algú de l'altre grup. .Tomad contacte, mitjançant gestos, amb una persona de l'altre grup. .Conversad entre els dos grups (com a grup). .etc.

**Avaluació:** El / la presentador / a deixarà expressar a qui ho desitgi com s'ha sentit al llarg del joc, més



endavant es deixarà l'exposin tots / es els / les altres.

## EL PIN.

Objectiu: Afavorir la introspecció personal i coneixement de si. Fomentar una actitud d'obertura a la comunicació interpersonal. Propiciar l'estima de si i dels altres.

**Participants:** Gran grup. Grup petit. **Material:** Folis i llapis. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:**

**Desenvolupament:**

1. En l'àmbit individual: "tots coneixem què és un PIN. Segurament tenim diversos a casa. Potser hi ha qui els col·leccioni. És el moment de dissenyar i elaborar un PIN personal. Cadascú dibuixi un PIN que tingui sis compartiments o buits. Com més gran, més espai ocupi en el foli millor ... Ara li donem contingut, relleu a l'PIN, amb dibuixos simbòlics de les respostes a les qüestions que us aniré plantejant.

- Un dels majors èxits, conquestes o metes aconseguits en la vostra vida. Allò que per a vosaltres / es tingui actualment el significat d'èxit, del que d'alguna manera us sentiu satisfets / es.
- Si se us hagués de reconèixer com a prototip d'un valor o qualitat, quin seria aquest valor o qualitat ?.
- ¿En quin segle o època us agradaria viure, si tinguéssiu la possibilitat de fer-ho ?.
- Un objecte del qual us agradaria moltíssim no perdre-lo de vista, és a dir, que sempre ho guardaries amb vosaltres / es.
- ¿Amb quin personatge de conte us identifiqueu més ?.
- La flor que us sembla més original.

En grups de cinc establir un àmbit de comunicació sobre la base del PIN que cadascú presentarà a la resta del grup.

**Avaluació:** Quines dificultats has trobat per comprendre l'altre / a ?. Què has descobert respecte de la necessitat d'escoltar a l'altre / a ?. Quines aplicacions pot tenir aquest exercici per als nostres grups de classe o de treball ?.

## EL TELEGRAMA.

Objectiu: Afavorir l'expressió de sentiments a través del tacte i la seva vivència per tot el grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cap. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Els / les **Participants** es col·loquen en cercle, agafats de les mans i amb els ulls tancats. Una persona passa un missatge a la seva companya mitjançant la seva mà (dues encaixades - pausa una encaixada, etc.) intentant transmetre un pensament. El missatge a recórrer tot el cercle, fins que arribi de nou a la persona que l'ha començat. Després que el missatge hagi recorregut tot el grup, l'última persona descriu el sentiment verbalment. Així successivament, amb nous participants i nous missatges. Procurar estimular una actitud cooperativa entre els / les participants.

**Avaluació:** El / la presentador / a deixarà expressar a qui ho desitgi com s'ha sentit al llarg del joc, si el sentiment que es volia transmetre estava d'acord amb els gestos que es van fer. Suscitar el diàleg entre la comunicació verbal i la no - verbal.

## DIAGRAMA DE RELACIONS.

Objectiu: Comprovar el tipus de relació establerta entre els membres d'un grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Tants folis com a **Participants**. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada participant té un foli sobre el qual traça tantes línies -a partir de si mateix- com a membres hi ha al grup. A l'extrem d'aquestes línies va col·locant unes fitxes de color verd, groc o vermell, segons que, al seu parer, les relacions seves amb els membres en qüestió resultin fàcils, regulars o difícils.

**Temps** 10 minuts. En un segon moment, tots els que vulguin poden explicar o precisar a les altres dades de la seva fulla. Fet això, poden comprovar si les seves indicacions concorden amb les dels altres en relació amb ell.

**Avaluació:** Es entaularà un petit diàleg en el qual el / la presentador / a preguntarà als / les components del grup com s'han sentit, el que han experimentat, etc. en haver de valorar a altres / as companys / es del grup, i com s'han sentit ells / es en ser valorats / es.

### CORREU DEL COR.

**Objectiu:** Tractar de respondre als problemes que tenen altres persones.

**Participants:** Grup classe. **Material:** El text d'una carta escrita a una revista demanant consell.

Tants folis com a **Participants**. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap. **Desenvolupament:** Es divideix el grup en subgrups de 4 o 5 membres. S'entrega a cada subgrup el mateix text: una carta escrita a una revista demanant consell. Disposen de mitja hora per redactar junts una resposta que creen adequada al problema que la carta planteja. Es reuneixen tots en gran grup. Cada subgrup llegeix la contestació i puntualitza les raons per les que ha formulat la resposta. Els / les participants intercanvien les seves reaccions davant els textos i intenten donar una resposta conjunta.

**Avaluació:** Es entaularà un petit diàleg en el qual el / la presentador / a preguntarà als / les components del grup com s'han sentit en haver de realitzar aquesta activitat, que problemes els han sorgit i com ho han resolt, si alguna vegada han hagut d'acudir per ajudar-vos i problemes a aquest tipus de consultes, etc.

### GRUP QUADRICULAT.

**Objectiu:** Entaular una comunicació entre tots els components del grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Tants folis com a **Participants**. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Els integrants del grup es reparteixen en subgrups de manera que el nombre de subgrups sigui igual al de membres de cada subgrup: 3 subgrups de 3 membres, 4 de 4, etc. Tots els subgrups treballen paral·lelament i durant 5 o 10 minuts sobre un treball comú: examinar els treballs i activitats passades, preparar suggeriments per a reunions pròximes, etc. Passat aquest temps es desfan els subgrups i tornen a constituir-se de manera que en cada un hagi un membre de cada un dels subgrups precedents. temps assignat, el mateix que la vegada anterior. Es pretén escoltar el que cada membre ha tret del que s'ha tractat en el seu primer subgrup. Passat aquest temps es reuneixen per a tots per treure conclusions del treball.

**Avaluació:** Es entaularà un petit diàleg en el qual el / la presentador / a preguntarà als / les components del grup com s'han sentit en formar part de diferents grups, com han reaccionat a l'haver de comunicar les seves idees, actituds a altres persones diferents a les del seu grup anterior.

### TELEGRAMA CURT.

**Objectiu:** Afavorir la concentració i la rapidesa mental.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Paper i llapis. **Temps:** 15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix els **Participants** en dos o més grups segons el nombre de **Participants**. El que coordina diu una paraula; cada grup prepara un telegrama amb les lletres d'aquesta paraula, i pot utilitzar dues vegades cada lletra. Es dóna un **Temps** límit. El grup que primer acabi i hagi elaborat un telegrama amb

sentit, guanya.

**Avaluació:**

### LES MIL I UNA TACA DE COLOR.

Objectiu: Comprovar com influeixen les percepcions personals sobre la comunicació i sobre el grup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un full amb taques irregularment repartides de color. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Durant mig minut es mostra al grup un full gran plena de taques de colors. Es retira el full. Es convida als participants a escriure en un paper el nombre de taques que els ha semblat veure. Per torn van dient en veu alta el nombre que han escrit. Es convida a que el / la que ha posat el nombre més baix i el més alt de taques de color dialoguin amb els membres del grup. Passat un temps tots els / les membres del grup han hagut de posar-se d'acord en una xifra. Es col·loca la fulla una altra vegada a la vista de tots i es confronta el resultat obtingut amb el real.

**Avaluació:** Es entaularà un petit diàleg en el qual el / la presentador / a preguntarà als / les components del grup com han entaulat el diàleg, les disputes que hagin pogut existir entre els components del grup, els canvis d'opinió que s'hagin pogut donar, etc.

### JOC DE CARTES.

Objectiu: Iniciar els aspectes de la comunicació en el grup. Entaular un diàleg sobre les opinions que les altres persones tenen sobre un tema.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Cartolines de 7x10 cm. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** A cada equip se li lliuren 30 cartolines en blanc d'uns 7x10 cm. Cada participant rep 5 cartes. Cada jugador / a expressa en cadascuna de les cartes una idea sobre el tema proposat. A continuació el / la presentador / a recull les cartes, les estudia i torna a distribuir 5 cartes a cada jugador / a. Cada un / a ordena les cartes segons les seves preferències. El joc consisteix a anar tirant successivament cadascuna de les cartes dient: "Trobo aquesta carta perquè ...". Cada jugador / a guarda per al final la carta que, segons ell millor defineix l'activitat que s'està realitzant. Després es dialoga en equip sobre les cartes que han quedat. Després es confronten els resultats.

**Avaluació:** Es entaularà un petit diàleg en el qual el / la presentador / a preguntarà als / les components del grup com s'han sentit al realitzar el joc.

### PREGUNTES I RESPOSTES:

1. Quins noms tenen els actors que ens han caigut del cel?: Andie MacDowell i Andy García.
2. De quina data és el diari que hem consultat?: 18 d'abril de 1999.
3. Quants euros costa el diari?: 1, 65 euros.
4. D'on era bisbe Darío Castrillón Hoyos?: Pereira.
5. Qui afirma que els aliats es preparen per envair Kosovo?: Ígor Ivanov (Ministre d'Afers Exteriors de Rússia).
6. Resum breument el titular més important del diari: El 54% dels espanyols creu que el Govern informa malament sobre Kosovo.
7. Quan es celebraran els propers comicis electorals?: 13 de juny.
8. Del discurs pronunciat per Aznar EL PAIS destaca unes sèrie de paraules, podries dir-me quins són? : Aznar

alerta contra els "nacionalismes excloents".

9. Quantes persones apareixen fotografiades? A:10 apareixen.

10. Sota que titular situa EL PAIS la informació sobre Aznar i Borrell: Titular: Campanya electoral.

11. Què notícia situa com a més important el diari per als negocis? : La hipoteca manté el tipus.

12. Dels percentatges que el diari ofereix realitzats per Demoscòpia, quin és el que més t'ha sorprès?: el 54% informa malament sobre Kosovo. El 56% dóna suport a la intervenció dels soldats espanyols. 52% sosté que no ajuden adequadament que s'entengui de manera correcta el que està passant. El 71% el Govern va haver de informar el Congrés abans de participar. El 64% culpa de la guerra a Milosevic. El 56% s'hauria d'haver comptat amb l'aprovació de l'ONU.

13. Em podries traduir el text que està en anglès: The authentic American Friday wear. El que l'autèntic americà es posa un divendres a la nit.

14. Vaja regal que li va fer Hitler a Francoi

Hitler va regalar l'Ambaixada d'Espanya a Berlín a Franco.

15. Quantes vegades està escrita la lletra "a"? : No les he comptat.

## EL CLUB DELS POETES.

**Objectiu:** Desenvolupar els aspectes de la comunicació intragrup.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Folis i bolígrafs. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** El grup tria una paraula concreta. Es convida a que cada un digui un adjectiu, un verb, un lloc, un moment, ... Totes aquestes paraules brollen per associació. S'escriuen en una gran full de paper. Es convida a que cadascú escrigui una frase amb algunes d'aquestes paraules. Es torna a fer el mateix amb una altra paraula, però construint la frase sense seguir l'ordre habitual. Per afegir elements, el / la presentador / a tria una paraula i el grup busca altres que rimen amb ella. A partir d'aquí es convida als / les nois / es a escriure un petit text.

**Avaluació:** Es entaularà un petit diàleg en el qual el / la presentador / a preguntarà als / les components del grup com s'han sentit al realitzar el joc.

## LECTURA EFICIENT.

**Objectiu:** Desenvolupar la comprensió lectora. Descobrir les idees centrals d'una lectura.

**Participants:** Grup petit. **Material:** Diaris, paper i bolígraf. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es divideix els **Participants** en grups de 2 o 3 lectors.

A cada grup se li lliura un diari (el mateix diari i de la mateixa data). Se'ls lliura doblat i se'ls dóna la següent indicació: tenen 5 minuts per llegir les notícies completes que vénen a la primera pàgina. Se'ls dóna un temps Els participants han de llegir en silenci. Un cop passat el temps, qui coordina comença a fer una sèrie de preguntes que té preparades sobre les notícies que van llegir. Cada grup escriu una frase de resposta. No es pot repetir els titulars. Per casa resposta certa, el grup rep un punt. Guanya el grup que obté major puntuació. En lloc de que els grups escriguin les respostes, es pot fer de forma oral, respon el grup que primer aixeca la mà; si és correcta guanya un punt, si no, perd un punt i un altre grup pot respondre. És important que les preguntes que s'han elaborat siguin senzilla i clares, tenint en compte el nivell del grup.

**LECTURA Eficient**

## PREGUNTES:

1. Quins noms tinença a els actors que ENS han Caigut del cel?
2. De quina data és el diari que Hem consultat?
3. Quants euros costa el diari?
4. D'on era bisbe Darío Castrillón Hoyos?
5. Qui afirma que a els aliats és preparin per envair Kosovo?
6. Resum breument el titular més important de diari
7. Quan es celebraran a els propers Gastronomia comicis electorals?
8. Del discurs pronunciat per Aznar EL PAIS destaca unes sèrie de paraules, podries dir-me Autorización són?

9. Quantes persones apareixen fotografiades?
10. Sota que titular situa EL PAIS la informació sobre Aznar i Borrell
11. Què notícia situa com a més important el diari per als negocis?
12. Dels percentatges que el diari ofereix realitzats per Demoscòpia, quin és el que més t'ha sorprès?
13. Em podries traduir el text que està en anglès
14. Vaja regal que li va fer Hitler a Francoj
15. Quantes vegades està escrita la lletra "a"?

## JO HO MIRO AIXÍ.

Objectiu: Analitzar l'element subjectiu en la comunicació. Exercitar la descripció. Analitzar les conseqüències de la comunicació parcel·lada.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Un llibre. **Temps:** 15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es demanen tres voluntaris que surten del lloc on estan reunits. Se'ls demana que facin una descripció objectiva d'un llibre. Cada un va a descriure al grup només una part, sense posar-se d'acord entre ells de com ho van a descriure. Després d'un en un passa al plenari a descriure la part que li va tocar de l'objecte. Al grup, prèviament se li ha dit que ha de "endevinar" a quin objecte s'estan referint els companys. Han d'explicar quines coses els va fer pensar en l'objecte que van dir.

**Avaluació:** Amb aquest exercici es pot analitzar les diferents interpretacions que es poden donar a una mateixa cosa. Com el coneixement parcial dur a tenir idees equivocades. Es pot analitzar la capacitat de descripció i observació. Veure com aquests elements es donen en la vida quotidiana. Afirmar la importància de tenir una informació completa i objectiva abans d'emetre una opinió sobre alguna cosa.

## ÉS AIXÍ ?.

Objectiu: Analitzar els elements que distorsionen la comunicació

**Participants:** Grup classe. **Material:** Pissarra, guix i un objecte dibuixat en un full. **Temps:** 15 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Aquest exercici consta de 3 etapes. Es demana a dos voluntaris, un estarà enfront de la pissarra i l'altre donant-li l'esquena al primer i al grup; aquest descriurà la figura que està en el full (o l'objecte), sense donar-se la volta cap a la pissarra. El que està davant de la pissarra ha de tractar de dibuixar el que li estan descrivint. No pot fer preguntes. Segona etapa: col·locats de la mateixa manera, es repeteix la descripció i el dibuix, només que si es pot fer preguntes. Tercera etapa. es repeteix l'exercici, però es canvia al company que descriu la figura per un altre del grup (aquesta tercera etapa es fa si el dibuix no ha estat correcte). Igualment es pot fer preguntes i el que descriu pot mirar a la pissarra per ajudar al que dibuixa.

**Avaluació:** Es demana als voluntaris que expliquin com es van sentir durant l'exercici, en les seves diferents etapes. Es comparen els dos dibuixos realitzats entre ells i amb el dibuix o objecte original. Es discuteix quins

elements van influir perquè la comunicació es distorsionés o dificultés: la manca de visió, de diàleg, etc. Posteriorment, es discuteix quins elements en la nostra vida quotidiana dificulten o distorsionen la comunicació.

## BARÒMETRE DE VALORS.

**Objectiu:** Permetre prendre consciència del que els uneix i dels que els distingeix els uns dels altres.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Una pissarra o al terra escrit el lema A favor /en contra. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** No hi pot haver opinions neutrals. No es pot demanar cap explicació. Serietat i silenci.

**Desenvolupament:** Es proposen frases que incideixin en el tema. A cada frase els participants hauran de situar-se en l'espai. Un cop escoltades les raons de tots dos costats es permet la possibilitat de canviar d'opció i, per tant de posició. Es pot assenyalar l'opció triada amb una ratlla a la pissarra.

**Avaluació:** S'analitzaran preguntes com: ¿us ha estat fàcil o difícil situar-vos davant les frases ?, us ha afegit alguna cosa l'haver de posicionar físicament ?, a mesura que escoltàveu altres raonaments, quins canvis us han produït ?, és possible tornar-se pròxims a una persona que té valors diferents dels nostres ?, etc.

## LA PEIXERA.

**Objectiu:** Desenvolupar els aspectes de la comunicació en el grup. Capacitar per establir un major diàleg entre els components del grup.

**Participants:** Grup classe. Grups petits. **Material:** Cap. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es proposa un tema a debatre o un conflicte a resoldre.

Es reuneixen els participants en dos grups concèntric un interior de 5 persones i una cadira buida i la resta en un grup exterior. Una persona del grup interior presenta un conflicte a resoldre, les altres persones del cercle interior li van fent diferents aportacions de com enfilat el camí de la solució. Les persones del cercle exterior poden, si tenen aportacions a fer, anar i asseurem-se a la cadira buida, dir la seva i tornar al seu lloc.

**Avaluació:** Obrirem un diàleg per valorar

## EXERCICI DE LA NASA.

**Objectiu:** Contrastar la qualitat de la presa de decisions en grup frnt a la individual.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Útils d'escriure. Llistat d'objectes. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Donar una llista a cada participant i deixar de 5 a 10 minuts per classificar la llista en ordre d'importància. No es pot parlar amb ningú. Formar grups de 6 persones i un/a observador/a. Donar una llista a cada grup i deixar 20 minuts per ordenar-la. Finalment comparar resultats individuals, col·lectius i els de la NASA.

**Avaluació:** Avaluat els resultats. ¿S'han millorat en el grup ?, què t'ha aportat la discussió en el grup ?, ha estat fàcil prendre la decisió grupal ?, com s'ha donat ?.

Notes: Aquest exercici pot ser numèricament avaluat, partint de la taula de respostes "correctes" elaborada per un equip de científics de la NASA i un ordinador. Les puntuacions es traurien de calcular la diferència entre les respostes individuals o grupals i les de la NASA. Es pot intentar veure la diferència de punts amb decisions grupals per majoria, consens, etc.

**EXERCICI DE LA NASA.**

### Full d'instruccions.

Estàs / AIS a una nau espacial que ha de reunir-se amb la nau nodrissa en la superfície il·luminada de la Lluna. A causa de dificultats tècniques teva / vostra nau va aterrar a 300 Kms. De la nau nodrissa. Durant el allunatge s'ha destruït gran part de l'equip de bord.

El teu / vostra SUPERVIVÈNCIA DEPÈN D'ACONSEGUIR ARRIBAR A LA NAU NODRISSA, per la qual cosa només es pot portar el més imprescindible. A continuació hi ha una llista de 15 articles que han quedat intactes i sense danyar després de l'allunatge. El teu / vostra tasca consisteix a classificar-los per ordre d'importància per a permetre a la tripulació arribar al punt de trobada. L'1 seria l'article més important, i així fins al 15 que seria el menys important.

Articles	Respostes		Solució
	Ind.	grup I	NASA
1 caixa de llumins.			
1 llauna d'aliment concentrat			
20 m de corda de niló			
30 m2 de seda de paracaigudes			
1 aparell portàtil de calefacció			
2 pistoles del 45			
1 llauna de llet en pols			
2 bombones d'oxigen de 50 l			
1 mapa estel·lar de les constel·lacions lunars			
1 pot pneumàtic amb ampolles de CO2			
1 brúixola magnètica			
20 l d'aigua			
Bengales per a senyals (cremen en el buit).			
1 maletí de primers auxilis amb xeringues per a injeccions			
1 receptor i emissor de FM accionat per energia solar.			

Motiu	NASA	Materials
De poca o nul·la utilitat ja que no hi ha oxigen	15	Caixa de llumins

Alimentació diària necessària	4	Comestible concentrat
Útil per arrossegar els ferits i intentar l'ascensió	6	20m. de soga de niló
Per protegir-se del sol	8	Tela de seda de paracaigudes
Necessari en la part de la lluna no il·luminada pel sol	13	Escalfador per a aliments
Amb elles es pot prendre impuls per reacció	11	Dues pistoles, calibre 45
Alimentació útil, barrejada amb aigua	12	Una caixa de llet en pols
Necessaris per a la respiració	1	Dues ampolles d'oxigen
per orientar-se en l'espai	3	Un mapa de la constel·lació de la lluna
Protecció o transport	9	Un bot salvavides
Inútil per absència de camps magnètics	14	Una brúixola
Necessaris	2	25 litres d'aigua
Útils per fer senyals de socors a la nau	10	Llums de Bengala
per a possibles accidents	7	Farmaciola de primers auxilis
per intentar contactar amb la nau	5	Una ràdio, no només receptora, sinó també transmissora, de freqüència modulada, que funciona acumulant energia, a exposar-la a la llum del sol

## INUNDACIÓ.

**Objectiu:** Ajudar a examinar el procés de presa de decisions per consens, en petits grups i analitzar de quina manera vam decidir les nostres prioritats i valors personals, així com conèixer i entendre els d'altres persones.

**Participants:** Grup classe. **Material:** Una llista de l'exercici i útils d'escriure. **Temps:** 45 minuts.

**Consignes de partida:** Cal prendre una decisió seriosa sobre les coses que són importants en una situació de crisi. Qualsevol cosa que no se salvi serà destruïda i per tant, després de la inundació només podrem comptar amb el que trobem salvat. No es poden fer votacions, només es prenen aquelles decisions acceptades (no necessàriament han d'agradar del tot) arreu del món.

**Desenvolupament:** Es llegeix als / les **Participants** la seva situació:

"En arribar d'unas vacances per l'estranger, descobreixes que ha estat plovent durant tres dies al camp, on vius. Just en arribar a casa teva, una camioneta de la policia ( amb un altaveu) està dient a tothom que han de desallotjar la zona davant l'imminent perill que el riu rebenti la presa. Discuteixes amb el policia perquè et permeti entrar a casa teva només 1 o 2 minuts per treure algunes coses precioses per a tu, i ell finalment accedeix. Ets dins i t'adones que tens com a màxim 5 minuts per decidir què portar i que només seràs capaç de rescatar 4 coses abans d'haver de sortir. Quines 4 coses salvaries?. Escribe per ordre de prioritat ".

A continuació es distribueix una llista de l'exercici per participant, i se'ls dóna 5 minuts per triar les 4 coses més importants (avisar quan falti 1 minut).

Una vegada que totes les persones han triat, es divideixen grups de 4 o 5, i se li dóna a cada grup 15 minuts per decidir les 4 coses que col·lectivament salvarien (avisar quan faltin 3 minuts).



Cada grup tria un portaveu. Els / les portaveus formen un grup i intenten arribar al consens per a tothom. Deixar un **Temps** límit de 20 minuts per arribar al consens sobre les coses que han de ser salvades i si pot ser en quin ordre (avisar quan faltin 3 minuts).

Deixar uns 20 minuts per realitzar-la.

**Avaluació:** Després de fer una ronda sobre com s'han sentit cadascú, podem intentar analitzar si la decisió final ens representa a totes les persones, si els / les portaveus han representat bé al grup, quins rols hem observat durant l'exercici, quines coses afavoreixen i quines coses dificulten el consens, ...

La llista de l'exercici és la següent:

1. Un llarg poema en el qual has estat treballant durant diversos mesos, i el qual està al final llest per sotmetre-ho a la teva comunitat o a la societat poètica del col·legi per la seva certamen anual.
2. Un àlbum de fotografies de les teves tres primers anys.
3. Una ràdio.
4. El vestit de casament de la teva àvia, el qual et vas posar tu (o la teva dona) a la teva boda, el qual has estat conservant per quan es casin teves filles.
5. El diari personal que has estat fent des de fa una pila d'anys.
6. Un vaixell en una ampolla, que vas fer a l'edat de 7 anys, quan vas estar malalt al llit durant 6 setmanes.
7. Una guitarra molt cara que havies conservat durant molt temps i que feia sonar la teva música 50 vegades millor que qualsevol de les actuals.
8. Els arxius i comptes del grup social o polític (associació de veïns, grup ecologista, pacifista, parròquia, partit, ...) o qualsevol altre grup que sigui important per a tu.
9. El teu parell favorit de botes.
10. Les teves notes de l'escola i certificats dels teus exàmens des que vas començar l'escola.
11. La teva llibreta d'adreces.
12. Un preciós atlas de 1887 que havies demanat prestat a un amic.
13. Una valuosa catifa que et van donar mentre vas estar pels mars d'Àsia, la qual té un lloc d'honor al terra del menjador.
14. Una cubeta de plantes per plantar, les quals tenen fama de ser difícils de conrear, però el primer brot ja estan mostrant.
15. La col·lecció de segells del teu pare datats el 1920 i valorats en diversos centenars de milers de ptes.
16. Cartes d'amor del teu primer xicot / a.
17. Dues ampolles d'un vi molt especial, molt vell, que has estat guardant per a una ocasió especial.
18. Una col·lecció de pel·lícules de ciència ficció.
19. La fotografia dels teus pares.
20. L'ordinador que et vas comprar l'any passat i que et va valer tants diners.
21. Un quadre que va pintar per a tu un amic pintor.
22. Un gerro que vas comprar en el viatge que vas fer la Xina fa ja uns anys.
23. Part de la roba que tens emmagatzemada en els armaris.

RECORDA, QUALSEVOL COSA QUE NO salves SERÀ DESTRUÏDA PER LA INUNDACIÓ. TENS 5 MINUTS PER DECIDIR.

## AUTORITAT I LLIBERTAT.

Objectiu: Desenvolupar els aspectes de la comunicació en el grup. Capacitar per establir un major diàleg entre els components del grup.

**Participants:** Grup classe. Grups petits. **Material:** Cap. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Es tracta de discutir en el grup sobre l'autoritat i la llibertat. Les preguntes proposades serveixen per centrar el tema i perquè els participants es serveixin de la seva experiència en parlar del tema. No convé teoritzar, ni anar-se'n per les branques. Convé que el grup tracti detingudament cada pregunta i arribi al final. En els espais en blanc pot consignar les conclusions a què arribi el grup.

**Avaluació:** Es entaularà un diàleg en el qual l'animador preguntarà als components del grup com s'ha desenvolupat el diàleg i sobre els aspectes que ha de millorar en la seva comunicació.

### **AUTORITAT I LLIBERTAT. Preguntes.**

Per què una persona necessita llibertat ?.
A la família hi ha llibertat ?. En quins aspectes ?. Per què ?.
A les escoles hi ha llibertat ?. En quins aspectes ?. Per què ?.
A la parella hi ha llibertat ?. En quins aspectes ?. Per què ?.
A la feina hi ha llibertat ?. En quins aspectes ?. Per què ?.
Els joves tenen més llibertat que la gent gran ?. Per què ?.
Els homes tenen més llibertat que les dones ?. Per què ?.
Cal que hi hagi algú que tingui autoritat ?. Per què ?.
És necessari reprimir ?. Per què ?.

## CAS DE LA REVISTA ELLE.

Objectiu: Desenvolupar els aspectes de la comunicació en el grup. Capacitar per establir un major diàleg entre els components del grup.

**Participants:** Grup classe. Grups petits. **Material:** Un foli amb la història i el quadre de responsabilitats.

**Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** El següent relat, va aparèixer al març de 1999 a la revista francesa "ELLE". "Una jove casada, abandonada pel seu marit excessivament lliurat als negocis, es deixa seduir i va a passar la nit amb un seductor, en una casa a l'altra banda del riu. Per tornar al dia següent molt d'hora, abans que torni el seu marit que està de viatge, ha de passar el pont. Quan va a passar el pont, un boig li ho impedeix fent gestos amenaçadors. Corre llavors a buscar un barquer, que li demana l'import del bitllet. Ella no té diners i el barquer refusa creuar el riu sense que li paguin per avançat. Va a buscar el seu amant i li demana diners. Ell no l'hi dóna. La dona llavors va a buscar a un amic solter que viu per allà i que li professa des de sempre un amor platònic, sense que ella, per la seva banda, hagi correspost mai. Li explica tot i li demana diners. El també s'ho nega. Diu: "t'ho has cercat per fer dolenties". La dona torna al barquer, que es nega de nou a creuar el riu. Llavors decideix creuar pel pont. El boig la mata. "Classifica, individualment, a aquests sis personatges de més a menys, segons la seva responsabilitat. A la llista estan posats per ordre d'aparició. Posi un 1 al que cregui més responsable de la mort de la dona, en segon lloc al més responsable, etc .; numeri a tots els personatges. Discutir en grup les classificacions de cada un, procurant arribar a una conclusió de grup.

**Avaluació:** S'establirà un diàleg en el qual l'animador preguntarà als components del grup com s'ha desenvolupat el diàleg i sobre els aspectes que ha de millorar en la seva comunicació.

### CAS DE LA REVISTA ELLE.

El següent relat, va aparèixer al març de 1999 a la revista francesa "ELLE".

"Una jove casada, abandonada pel seu marit excessivament lliurat als negocis, es deixa seduir i va a passar la nit amb un seductor, en una casa a l'altra banda del riu. Per tornar al dia següent molt d'hora, abans que torni el seu marit que està de viatge, ha de passar el pont. Quan va a passar el pont, un boig li ho impedeix fent gestos amenaçadors. Corre llavors a buscar un barquer, que li demana l'import del bitllet. Ella no té diners i el barquer refusa creuar el riu sense que li paguin per avançat. Va a buscar el seu amant i li demana diners. Ell no l'hi dóna. La dona llavors va a buscar a un amic solter que viu per allà i que li professa des de sempre un amor platònic, sense que ella, per la seva banda, hagi correspost mai. Li explica tot i li demana diners. El també s'ho nega. Diu: "t'ho has buscat per portar-malament". La dona torna al barquer, que es nega de nou a creuar el riu. Llavors decideix creuar pel pont. El boig la mata.

Grau de responsabilitat:

	Ordre individual	Ordre del grup
Jove casada.		
Marit.		
Amant.		

Boig		
Barquer		
Amic		

Grau de responsabilitat: (individual).

	Ordre individual	Ordre del grup
Jove casada.		
Marit.		
Amant.		
Boig		
Barquer		
Amic		

Grau de responsabilitat: (en grup).

	Ordre individual	Ordre del grup
Jove casada.		
Marit.		
Amant.		
Boig		
Barquer		
Amic		

## CAS LEROY.

**Objectiu:** Desenvolupar els aspectes de la comunicació en el grup. Capacitar per establir un major diàleg entre els components del grup.

**Participants:** Grup classe. Grups petits. **Material:** Un foli amb la història i unes preguntes. **Temps:** 60 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Llegir detingudament el text. Contestar individualment a les preguntes que se li proposen

a continuació i escriure-les a la casella corresponent a la resposta individual. Discussiu amb els seus companys de grup les respostes de cada un i tractin d'arribar a conclusions comunes que seran consignades a la casella corresponent a la resposta grupal. Comentar en grup les diferents respostes.

**Avaluació:** Es entaularà un diàleg en el qual l'animador preguntarà als components del grup com s'ha desenvolupat el diàleg i sobre els aspectes que ha de millorar en la seva comunicació.

### **CAS LEROY.**

En cas de Martina Leroy, 24 anys. ( "Com animar un grup". Edouard Limbos).

Jove procedent de mig acomodat, amb bona presència, una mica coqueta i amb una intel·ligència normal. Va abandonar els seus estudis per falta d'interès i de motivacions.

No tenint cap diploma, té cura de nens inadaptats. No obstant això, els seus objectius no estan molt ben definits. Li agrada molt discutir amb altres persones. Molt sovint, desitja tenir ascendència sobre elles i imposar el seu punt de vista. El seu bon sentit és real i moltes vegades té raó en el que proposa durant les discussions en les que pren part. En el seu tracte amb els nens es mostra amb freqüència seca i severa. No tolera que s'oposin al que ella ordena i de tant en tant s'enfada amb ells i els castiga amb exageració sense que per això sigui necessàriament injusta. Alguns d'aquests excessos són inconscients. A causa de que posseeix una certa lucidesa, aconsegueix descobrir gairebé sempre als veritables culpables quan el grup de nens que té al seu càrrec comet actes repressibles. La seva distracció preferida és el cinema: li agraden enormement les pel·lícules sentimentals i de vegades plora durant la projecció de les mateixes. No està casada i pretén que els joves no li interessin en absolut. Fa dos anys va patir un desengany amorós. Va trencar amb un jove cap al qual se sentia atreta. Li unien a ell llaços afectius veritablement profunds i va patir una gran decepció quan es va separar d'ell.

Els seus canvis bruscs d'humor són freqüents i espectaculars i sovint són produïts per una frustració procedent de la seva solitud a la vida.

Va perdre al seu pare sent molt nena i pràcticament tot just va tenir més contactes amb la seva mare que va tornar a casar-se i que li envia regularment certa quantitat de diners.

No abandona fàcilment el que emprèn i, en general, arriba fins al final de les seves iniciatives.

Té sentit de les seves responsabilitats, tot i que no les comparteix amb els seus companys i no col·labora amb els altres membres del personal, ja que és molt independent i molt gelosa de la seva llibertat.

1. Llegir detingudament el text.
2. Contestar individualment a les preguntes que se li proposen a continuació i escriure-les a la casella corresponent a la resposta individual.
3. Discussiu amb els seus companys de grup les respostes de cada un i tractin d'arribar a conclusions comunes que seran consignades a la casella corresponent a la resposta grupal.
4. Comentar en grup les diferents respostes.

### **CAS LEROY.**

1. Quins creus que són els principals defectes de Martina Leroy, tenint en compte l'edat, sexe i professió?.

Resposta individual.	Resposta de grup.

2. Quins creus que són les seves qualitats més importants?.

Resposta individual.	Resposta de grup.

3. Tenint en compte les seves circumstàncies, ¿quines són les principals necessitats o problemes de Martina?.

Resposta individual.	Resposta de grup.

4. Com podria satisfer aquestes necessitats o solucionar aquests problemes?.

Resposta individual.	Resposta de grup.

5. Què és el que més t'atrau d'aquest personatge?.

Resposta individual.	Resposta de grup.

6. Si Martina Leroy fos la protagonista d'una pel·lícula, com es titularia el film?.

Tria un dels títols següents, per què has triat aquest títol?.

"Víctima del seu passat."		
"Enamorada de la llibertat."		
"Un caràcter difícil."		
Resposta individual.	Resposta de grup.	

7. Si Martina Leroy existís realment t'agradaria que fos:

La seva filla	
La seva amiga.	
La seva núvia o esposa	

La seva companya de treball	
No voldria que estigués prop de la meva vida	
Resposta individual.	Resposta de grup.

8. Si Martina existís, t'agradaria que fos membre del teu grup ?.

SI		
NO		
Resposta individual.		Resposta de grup.

## L'ESCALA DE L'DIAMANT.

Objectiu: Ajudar a aclarir els pensaments i sentiments sobre una determinada matèria. Fer-los més receptius a les opinions i perspectives dels altres.

**Participants:** Grup classe. Parelles. **Material:** Nou textos curts o fotografies que representin una gamma d'opinions, perspectives o imatges. **Temps:** 30 minuts.

**Consignes de partida:** Cap.

**Desenvolupament:** Cada text / fotografia haurà de tenir un títol curt o un número per identificar-lo fàcilment. Cada conjunt de nou es retallarà i guardarà en un sobre. A cada parella se li lliura un sobre que conté als 9 textos / fotografies i se'ls demana que els classifiquin en forma de rombe, ex .:

1

2 2

4 4 4

7 7

9

El criteri per ordenar-los ha de ser molt ampli: "important", "significatiu" o "interessant" i el professor no ha de ser més explícit. El text / fotografia més important, significatiu o interessant, es situarà a la part superior del rombe (número 1). Els dos següents se situaran en les segones posicions (número 2). En els tres del centre, els que ocupin les posicions intermèdies (número 4), els següents en les posicions número 7, i el que se situï en la posició inferior del rombe (número 9) serà el menys important, significatiu o interessant. Quan les parelles hagin acabat la seva tasca, es reuniran en grups de 6. Cada parella explicarà i intentarà justificar l'ordre proposat a les altres parelles. Després haurà de negociar i arribar a un consens, i donar l'ordre proposat pel grup. Es reuneix el plenari i s'obre un debat. El mateix criteri, per imprecís, sortirà a debat en la discussió. Què significarà "important", "significatiu" o "interessant" ?, hauríem de mirar de concretar i precisar més el que volem dir ?, etc. Les capacitats que es desenvoluparan a través d'aquesta activitat seran: la prioritització, la discussió, la negociació, la comprensió d'altres perspectives i la recerca del consens. En el

plenari, si un grup informa de la seva incapacitat per arribar a un acord, és tan important en la discussió com el grup que informa que ha arribat a un consens.

**Avaluació:** Iniciem un diàleg en el qual l'animador preguntarà als components del grup com s'ha desenvolupat el diàleg i sobre els aspectes que ha de millorar en la seva comunicació.

1

2 2

4 4 4

7 7

9