

Activitat: teràpies de grup (dinàmiques de grup 20%).

Farem 3 grups de 9 persones. Repartirem els següents tipus de teràpia: Gestalt (joc de la cadira buida), Gestalt (*role playing*- joc teatral en grup), Teràpia sistèmica (sistema-aula).

Temporització:

Explicació de l'activitat i formació dels grups: 10-20 minuts (sessió prèvia).

01 -Preparació dels grups i repartiment de rols: 10 minuts.

02- Teatralització de la teràpia: 10 minuts per grup (30 minuts).

03- Avaluació: 10 minuts.

Els grups faran la "representació" de la teràpia davant la resta d'alumnes.

01 GRUP 1: GESTALT (joc de la cadira buida).

Teoria: "El client se situa davant d'una cadira buida i hi estableix un diàleg imaginari que reflecteix o bé una altra persona o bé un aspecte de la seva personalitat. A través d'aquest diàleg, el client s'adona dels seus problemes i augmenta la capacitat de posar-se al lloc de l'altre."

Activitat: Els membres del grup fareu una rotllana al voltant d'una cadira buida. Els membres del grup haureu decidit abans el rol d'aquesta cadira (un familiar, un professor, la parella, un/a company/a de classe... **amb el que teniu alguna mena de conflicte**) i, a continuació, per torns, expressareu a la cadira la vostra problemàtica i les vostres emocions, què voldríeu, pors...

02 GRUP 2: GESTALT (*role playing*- joc teatral en grup)

Teoria: "Una altra tècnica que s'utilitza és el *role playing*, en el qual el client fa el paper de la persona amb qui té la dificultat: el seu pare, la seva parella, el seu mestre, etc. Els **jocs teatrals** en grup formen part de la tècnica habitual de la Gestalt."

Activitat: Sou els membres de dues famílies nuclears emparentades, però enfrontades. Un o diversos membres d'una de les famílies està passant un mal moment per culpa d'un o altres membres de l'altra família (abús, lluita per herències, diferències econòmiques molt grans entre les dues famílies i no s'ajuden, lluita de poder, enganys amorosos...). Representeu i improviseu la vostra situació i busqueu solucionar el conflicte.

03 GRUP 3: TERÀPIA SISTÈMICA (família =grup classe)

Teoria: El procés terapèutic: 1. **Investigació estructura de la família** (com es comunica, quina jerarquia hi funciona, quins models de pensaments o creences té, etc.) 2. **Modificació** d'aquelles interaccions que són la causa del conflicte. Es tracta de restablir l'equilibri del sistema canviant-ne algun aspecte, com ara la manera de comunicar-se o una creença.

Activitat: En lloc d'una família, imaginem que sou un grup d'alumnes amb problemes de convivència dins l'aula. Un dels membres del grup és el terapeuta que vol investigar les causes del conflicte i dirigirà la sessió. Uns membres tenen un comportament que dificulta l'aprenentatge dins l'aula: estructures de domini, maltractament entre iguals, menyspreus... La meitat del grup seran els causants d'aquest malestar a l'aula, l'altra meitat d'alumnes estan farts de la situació i responen de forma agressiva.

Nom: _____ Data: _____

1. Quina de les tres teràpies t'ha agradat més? Per què?

2. Trobes utilitat a aquest tipus de teràpia?

3. T'has sentit interpel·lat o identificat en algun moment amb el teu rol o el dels altres? Com?

4. Has sentit alguna emoció que no esperaves? Quina i en quin moment?

5. Com avaluaries aquesta activitat?

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> innecessària. | <input type="radio"/> molt bona. |
| <input type="radio"/> bona, però tampoc gaire. | <input type="radio"/> voldria repetir-la amb altres situacions i altres rols. |
| <input type="radio"/> interessant. | <input type="radio"/> altres: _____ |

6. De l'1 al 10, com avaluaries la teva participació? Per què?

7. I la dels teus companys i companyes?

1- Nom: _____ Nota: __

5- Nom: _____ Nota: __

2- Nom: _____ Nota: __

6- Nom: _____ Nota: __

3- Nom: _____ Nota: __

7- Nom: _____ Nota: __

4- Nom: _____ Nota: __

8- Nom: _____ Nota: __