

1. Dinàmica El Dibuix grupal

Habilitats que s'entrenen: autoestima i control intern, empatia, gestió dels sentiments i de les emocions, col·laboració i treball en equip, comunicació interpersonal, advocació i defensa.

Temps: 30 minuts.

Desenvolupament:

L'objectiu principal d'aquesta dinàmica és treballar la cohesió de grup a través de les arts. Per fer-ho:

- S'asseuran en cercle i farem una petita meditació on tancaran els ulls, faran un parell o tres de respiracions profundes i, a poc a poc, connectaran amb una part més emocional.
- A continuació, la persona dinamitzadora demanarà que busquin/connectin amb com els agradaria que fos aquest curs. Pot acompanyar amb una visualització dels mesos de setembre a juny i com els agradaria que fossin, que visualitzin amb una imatge el que esperen del curs...
 - A més, podem fer la pregunta de manera general o més concreta: com a claustre, com a docent, amb l'alumnat...
 - També podem preguntar què poden aportar aquest curs.
- Mentre l'equip docent fa la meditació, la persona dinamitzadora prepararà al centre del cercle un paper d'embalar i deixarà a prop diversos materials (colors, ceres, retoladors...).
- Un cop estigui preparat, demanarem al claustre que obrin els ulls. S'hauran d'aixecar i fer un dibuix al paper d'embalar sobre el que han sentit a la meditació. El resultat serà un dibuix grupal.
 - El dibuix pot ser qualsevol cosa, el més important és deixar-se endur. Pots començar d'una manera i deixar-te endur pel que fan les altres persones i acabar fent una cosa totalment diferent.
 - Atenció: Si el claustre és gran o no tenim tant paper d'embalar, podem:
 - Fer diverses rondes de 5-6 docents alhora i fer-ho fluid, si algú no ha tingut temps de fer el dibuix, podrà repetir.
 - Agrupar per cicles. Cada cicle farà el seu dibuix grupal, hi posaran un títol i, després de compartir, unirem els diversos dibuixos per fer una obra grupal.
 - Fer grups de 6-7 docents. Cada grup farà un dibuix grupal, hi posaran un títol i, a continuació, compartirem i unirem els diversos dibuixos per fer una obra grupal.
 - Fer-ho de manera individual. Cadascú farà un dibuix personal en un full i, un cop acabat, hi posarà un títol i l'ensenyarà i l'explicarà breument al grup. Un cop explicat, deixarà el dibuix al mig del cercle i, a poc a poc, per ordre, aniran fent una composició conjunta. Per acabar ho podem enganxar amb cinta adhesiva, fins i tot.

- En totes les opcions, la persona dinamitzadora pot anotar el que consideri més rellevant de les explicacions i fer una devolució en forma de poema al claustre com a tancament.
 - És una dinàmica que es fa sense parlar, sense desconnectar-se, a poc a poc. Es pot posar música per acompanyar el moment.
- Un cop tothom hagi fet el seu dibuix, l'observarem i farem un tancament emocional de la dinàmica i de què els transmet el dibuix grupal.

Breu reflexió:

- Com us heu sentit durant la dinàmica?
- Què ha generat en l'àmbit emocional fer aquesta dinàmica en grup?
- Hi ha alguna cosa que us agradaria compartir de la vivència?
- Quines HpV creieu que hem posat en pràctica? Veieu la dinàmica amb el vostre grup classe?

2. Dinàmica Soc més que docent

Habilitat que s'entrena: Cohesió de grup, autoestima i control intern, empatia, gestió dels sentiments i de les emocions, comunicació interpersonal.

Temps aproximat: 30 minuts.

Desenvolupament:

Aquesta dinàmica consisteix a mostrar què són com a persones, com es defineixen, amb què s'identifiquen, què els agrada, quines aficions tenen, què és important per a elles, com són de caràcter, etc. Hi podem afegir aspectes clau del treball com a docents, però es tracta d'anar més enllà i de buscar aspectes de la seva globalitat com a persones.

- Si triem aquesta opció recomanem fer la dinàmica de tancament del Pou del desig.

L'objectiu és treballar la cohesió de grup, el sentiment de pertinença i el vincle ampliant els rols. Per fer-ho:

Part 1: 15 minuts.

- De manera individual, repartirem una cartolina a cada participant. També deixarem a la sala materials perquè puguin dibuixar, pintar, escriure... el que vulguin. És igual com els quedi, és important amb què els connecta.
- Deixarem uns 10-15 minuts perquè, lliurement i de manera creativa, es representin a si mateixos/es de la forma més global possible en la cartolina.
 - La persona dinamitzadora pot guiar el grup posant alguns exemples personals o llançant a l'aire preguntes com: Com sou? Amb què us identifiqueu? Com és la vostra vida? Què us agrada? Què és important per a vosaltres? Què considereu vital a les vostres vides? Què us genera més plaer?...
 - Es pot fer a través del dibuix, dels gargots, per escrit...

Part 2: 15 minuts.

- Un cop feta la primera part, exposarem les cartolines en un lloc visible de l'aula.
- Quan estiguin exposades, hauran de passejar-se per l'espai observant què han fet les altres persones. Enganxaran un gomet en les cartolines amb les quals s'identifiquin, que els agradin o que comparteixin.
 - El moviment sorgeix de manera espontània, no hi ha un moviment adequat ni un ordre. Ha de ser pausat perquè puguin observar bé els dibuixos de la resta.
 - És una activitat personal, no es pot parlar. Només es pot preguntar què signifiquen certs aspectes de la representació, sempre que la persona estigui a prop de la seva cartolina.
 - La persona dinamitzadora repartirà gomets a cadascú i els enganxaran a les parts dels dibuixos d'altres persones quan s'hi identifiquin.
 - Per exemple: Si vaig al dibuix de la Laura i hi ha una mascota, i per a mi la meva mascota és important, hi posaré un gomet. En algun dibuix puc posar només 1 gomet (si només hi ha una aspecte dels representats que compartim), en un altre dibuix puc posar un gomet a tot el que s'ha representat (si ho comparteixo tot), en un altre dibuix potser no hi posaré cap gomet (si no comparteixo res), etc.

Breu reflexió:

La persona facilitadora ha de tenir en compte que l'objectiu d'aquesta dinàmica, per una banda, és augmentar l'autoconeixement, ja que implica una revisió i una mirada cap endins. D'altra banda, també haurà d'acompanyar a observar els rols que mostren en el lloc de treball i fora del treball (ampliem rols), fomentar el coneixement entre els membres del grup i generar més vincle i sentiment de pertinença. I, per últim, també reforçarà el fet de compartir: poden veure quines coses tenen en comú i en passar de la individualitat al col·lectiu es genera cohesió de grup.

- Com us heu sentit durant la dinàmica?
- Com ha estat el procés de descriure la vostra persona? I de veure com s'han descrit les altres persones? Heu descobert afinitats amb altres persones? Hi ha algú que sent que té poques afinitats amb la resta del grup?
- Hi ha alguna cosa que us agradaria compartir de la vivència? Us ha sorprès alguna cosa?
- Quines HpV creieu que hem posat en pràctica? Veieu la dinàmica amb el vostre grup classe?