



OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Comunicar-se amb l'altra persona des del respecte, respectant el torn de paraula i escoltant abans de parlar.
- Descobrir més coses d'aquella persona amb qui normalment no ens relacionem.
- Afavorir el desenvolupament de l'empatia.

MATERIAL NECESSARI

- **Campaneta per al Temps M'escolto**
- **Llistat de situacions**
- *Fitxes de 2 colors diferents (5 per infant)*
- *Gots*
- *Pots de iogurt o cistellets (tants com parelles hi hagi a l'aula)*
- *Cronòmetre amb alarma*
- *Timbre o so per marcar els finals del temps*

METODOLOGIA

• **Immersió -Temps M'escolto**

Fem una rotllana i seiem o ens estirem a terra. Presentem la campaneta i la fem sonar suau-ment. Imaginem que estem amb la persona amb la que ens ho passem millor del món. Què fem? Xerrem? Anem d'excursió? Ens canta abans d'anar a dormir? Ens fa pessigolles o ens explica contes? Recordem una situació molt agradable amb aquesta persona. Fem tres respi-racions profundes per acabar l'activitat i toquem la campaneta.

• **Presentació**

Els titelles ens expliquen que tenir bones amistats és de les millors coses del món. Per això és important saber-les cuidar: l'amistat és com una planta, que cal regar i abonar. I és tan



important saber escoltar a l'altra persona com saber comunicar i expressar el que ens passa amb respecte. Sabeu que tenim dues orelles i una sola boca per poder escoltar el doble del que parlem?

- **Observar, escoltar, expressar**

Treballem per parelles, asseguts un membre davant de l'altre. Convé fer les parelles entre persones que no tinguin gaire contacte, ja que un dels objectius és descobrir persones amb qui no ens solem relacionar. Al mig de cada parella hi haurà un got, pot de iogurt o cistellet, i cadascun dels membres tindrà cinc fitxes d'un mateix color, diferent al de l'altre membre. Si no teniu fitxes a l'aula, podeu reutilitzar i fer servir taps, xapes, boletes de paper...

Proposarem una situació del llistat, i les parelles n'hauran de parlar durant dos minuts. Posarem en marxa el cronòmetre. Un cop hagi passat el temps, en proposarem una altra i així anirem fent totes les que ens convingui treballar (deixeu-ne alguna per al compartir!). Durant els dos minuts, mentre una persona parla, l'altra l'ha d'escoltar activament, sense interrompre. Haurien de poder parlar les dues persones en aquests dos minuts.

Cada vegada que soni el senyal del canvi, si cadascú sent que ha pogut expressar la seva opinió sobre la situació, posarà una fitxa del seu color dins del got.

Podem fer servir els titelles com a actors perquè s'entengui la dinàmica, posant d'exemple la primera situació.

- **Compartir**

Quan acabem comptarem les fitxes que hi ha dins del got i compartirem: hi ha el mateix número de fitxes de cada color? Si no és així, potser un dels membres de la parella ha parlat tota l'estona i l'altre no... Per què ha passat? Ens ha agradat més explicar o escoltar? Hem sentit que se'ns escoltava? Hem entès el que ens explicaven? Podem fer un parell més de situacions amb l'atenció posada en l'escolta activa. Podem estirar del fil i parlar de les diferents situacions amb tot el grup sencer.



I PER TREBALLAR EN FAMÍLIA...

Convidem la nostra família a compartir alguna situació de la llista un diumenge a la tarda, mentre anem en cotxe o passegem per la muntanya. Descobrirem moltes coses sobre la forma que tenen les altres persones de veure el món que potser no sabíem!





ESCOLTAR, EL MILLOR REGAL

P5

LLISTAT DE SITUACIONS

- Algú ha deixat una de les teves galetes preferides sobre la cuina. Saps que no te la pots menjar perquè gairebé és hora de sopar; però, si ho fas, ningú no ho veurà. Quina situació més irresistible! Et sembla que...
- Estàs berenant al parc i arriba la teva millor amiga. Diu que li agradaria tastar el teu entrepà perquè no ha berenat i té gana. Li dius que d'acord, i ella li clava una mossegada tan grossa que quasi no et deixa entrepà. Tu tens ganes de...
- Una amiga t'ha deixat els seus peixos mentre és fora de vacances. Has volgut tenir-los a la teva habitació i cuidar-los tu, que ja ets gran. T'has despistat, fa cinc dies que no mengen, i n'hi ha un que sembla molt fluix. Ara se t'acudeix que...
- T'han dut a la nova perruqueria del barri i no t'agrada gens com t'han tallat els cabells. Quan has arribat a casa el veí t'ha dit que et queden molt bé. Tu penses que...
- A l'escola hi ha una nena més gran que sempre et diu coses que no t'agraden a l'hora del pati. Diu que és broma, però encara que li demanes que no ho faci més, no et fa cas. Has decidit...



Sigues tu

M'AGRADA ÉSTAR AMB TU

ÀMBIT NOSALTRES

- El proper cap de setmana anireu a aquell parc d'atraccions que t'agrada tant. Fa dies que t'esperes i estàs molt impacient. Divendres a la nit t'avisen que no hi podreu anar perquè hi haurà pluges molt fortes. Tu dius que...
- Aviat és el teu aniversari i vols fer una petita festa. A casa et diuen que només pots convidar tres persones, però tu tens cinc amistats i no saps com triar. Finalment decideixes que...
- L'avi t'ha demanat que l'ajudis a regar les plantes. Has vessat tota l'aigua i has fet un bon mullader. Quan l'avi ha arribat s'ha enfadat i t'ha dit que sempre estàs jugant, però ho has fet sense voler. Ara et sents...
- Elaboreu les vostres pròpies situacions en el cas que hi hagi un conflicte o esdeveniment que vulgueu treballar dins l'aula.

