

FUNDAMENTACIÓN

Polas súas características especiais, o teatro permítenos o desenvolvemento de habilidades sociais tales como a empatía, a capacidade de escoita, o traballo en equipo e a toma de conciencia do grupo como ente. Así mesmo, favorece a creación dun espazo onde a crítica ten un valor construtivo e a diversidade é enriquecedora.

O traballo dende as emocións e os temperamentos favorece de forma moi positiva a adquisición de ferramentas que axudan a canalizar e xestionar a súa expresión.

A través do traballo dramático e cunha perspectiva de xogo, é posible alimentar o empoderamento persoal que potencia a seguridade e a autoestima necesarias para expoñer opinións e defender dereitos propios.

Igualmente, permítenos aplicar ferramentas que posibilitan o expresarnos sen agredir nin evitar o conflito, de forma respectuosa e efectiva

CONTIDOS E PROGRAMACIÓN

A través de creación de escenas, de personaxes, de pequenas dramatizacións e de dinámicas teatrais traballaremos:

SESIÓN 1 E 2, EMOCIÓN:

Expresión e recoñecemento no corpo (propio e alleo)

Expresión e recoñecemento na voz (propia e allea)

Recoñecemento de emocións complexas

Influencia das emocións na toma de decisións

Empatía

SESIÓN 3 E 4, CONFLITO:

Escoita

Obxectivo perseguido por cada unha das partes

Control emocional

Perfís comunicativos

Asertividade

SESIÓN 5, INCLUSIÓN:

Autoestima

Poder dos observadores para mudar dinámicas

Cohesión grupal

SESIÓN 6:

Repaso e reforzo do que nos custou máis traballo