



## **ACTIVITATS EDUCATIVES – ESPECTACLE “VULL SER ALGÚ”**

*Una de les línies d'intervenció més necessàries per tractar les addiccions és el tractament en la població adolescent. És important realitzar activitats i dinàmiques per conscienciar a aquest col·lectiu. Un cop vist l'espectacle “Vull ser algú” i ara us presentem algunes dinàmiques que podeu fer a l'aula amb el vostre alumnat.*

***frecafrec@frecafrec.com***



## Role-playing

Sempre que tant al pare com a la mare de la mare no es posen d'acord en com volen educar a la seva filla i quan han de parlar amb ella de segons quins temes, els costa.

### 1 Propostes

Proposem a l'alumnat que es posin en el paper d'una altra persona. Als adolescents els ajuda a expressar moltes pors i emocions que normalment no s'atreveixen a comunicar. Us convidem a que feu grupets de dues persones i intentar reproduir una escena quotidiana on el tema de les addiccions hi juguin un paper important.

- 1.1 Una conversa entre un pare/una mare preocupada i un fill/a addicte a les drogues.
- 1.2 Un pare o una mare esperant de nit deserts al fill o filla. Quan arriba va molt begut.
- 1.3 Dos amics/amigues. Un o una comenta a l'altre que des que beu begudes energètiques quan surt de festa la seva vida ha canviat, l'altre/a li dona consells.
- 1.4 Una noia o noi truca a un pare o mare del seu millor amic/amiga dient que el seu se l'han emportat a un hospital perquè havia agafat un coma etílic.

- 1.5 Un pare o mare havent sopat es fuma un “porro” i el fill/a està en contra.
- 1.6 Una mare o pare parla amb un fill/filla perquè creen que ell/ella ha pagat amb diners de la seva tarja de crèdit a una web d’apostes.
- 1.7 Un germà o germana gra parlen amb la seva germana/germà perquè no pot ser que tot el dia estigui enganxat/da a l’ordinador.

## 2 Debat i reflexió

Cada una d’aquestes propostes ha d’anar acompanyada d’un mini debat i una reflexió consensuada entre tothom.

- 2.1 Ha estat una història creïble?
- 2.2 Tothom hagués reaccionat igual? Sinó que haguessis fet tu?
- 2.3 Com creieu que es senten els personatges?
- 2.4 Algú ha passat per una situació semblant? Com has reaccionat?
- 2.5 Us agradaria passar per una situació semblant? Què faràs per evitar-ho?



## És responsabilitat de tothom

Aquest exercici té com a objectius principals aclarir mites sobre el consum de substàncies i crear habilitats que evitin que l'adolescent desenvolupi una addicció. Reflexionar en grup permet posar sobre la taula molts dubtes que poden generar les addiccions.

### 1 Propostes

Farem diverses propostes a l'alumnat que s'aniran escrivint a la pissarra on tot el grup/classe pugui llegir i dir la seva.

1.1 Farem dues columnes. A la primera columna, escriuran com es senten **mentre** consumeixen begudes energètiques, alcohol i / o drogues. A la segona columna, escriuran com se senten al cap de 6 hores **després** de consumir.

#### Mentre

1. ex: Ric molt
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

#### Després

1. ex: Estic trist
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

1.2 Farem dues columnes. A la primera columna, escriuran **els factors que et poden induir** a consumir begudes energètiques, alcohol i / o drogues. A la segona columna, escriuran **la manera de prevenir o controlar** aquestes situacions i influències.

#### Els factors que et poden induir

1. ex: Soc molt tímid
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

#### La manera de prevenir o controlar

1. ex: Fer alguna activitat grupal
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

### 2. Debat en grup

L'objectiu d'aquest exercici és de parlar de l'autocontrol, autoestima, de les conseqüències dels teus actes i els efectes colaterals de les teves accions.

Aquest exercici pot permetre un intercanvi d'informació molt revelador i eficaç. No només prevé conductes de risc, també convida a la reflexió a aquells joves que ja hagin desenvolupat una dependència..



## Ser o no ser

### 1. Invisible

En un moment de l'espectacle quan la Maria i la Laura estan a l'esplanada del barranc:

**MARIA:** *Nena, estic una mica nerviosa. Vols dir que no cantarà molt?*

**LAURA:** *Que no! Ell t'agrada, no?*

**MARIA:** *Sí, però tampoc vull que es pensi que...*

**LAURA:** *Ai tia, ell casi no et coneix. Avui t'has de lluir i deixar de ser invisible*

**MARIA:** *Invisible? Què vols dir?*

- 1.1 Què pots fer per ampliar el teu cercle d'amics?
- 1.2 Què fas per lligar?
- 1.3 Què vols dir ser invisible?
- 1.4 Avantatges i inconvenients de ser invisible
- 1.5 Què et pot ajudar ser més visible sense que això repercuteixi a la teva salut?

### 2. Popular

En un moment de l'espectacle la Laura diu:

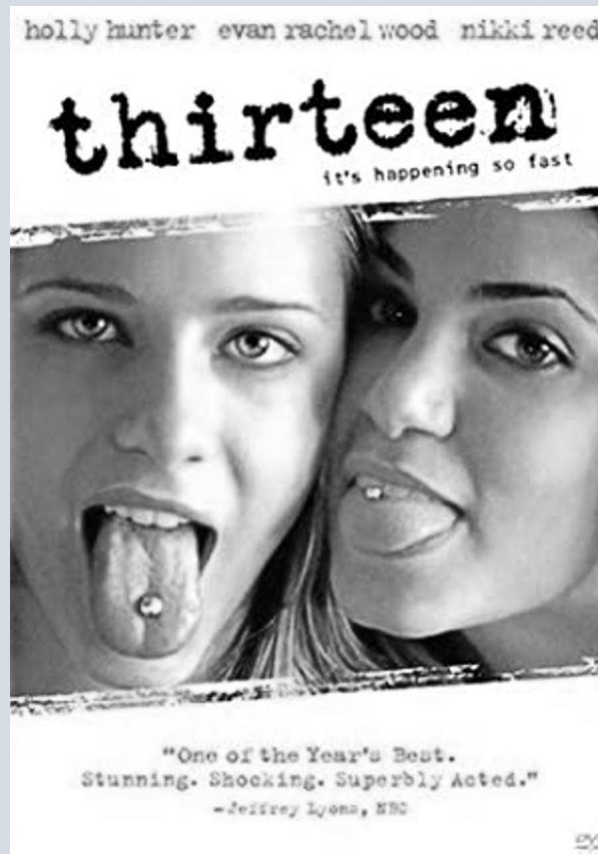
**LAURA:** *A vegades l'envejo a la Maria. Ningú es fixa en ella i això vol dir que ningú mai no n'espera res. De mi en canvi, tothom espera que sigui enrollada, festera, desfassada...i això fa que mai no em pugui relaxar. Però és el preu que em toca pagar per ser "popu".*

2.1 La Laura s'autoanomena "popu" i diu que això fa que no es pugui relaxar. És important ser "popu" per tenir més amistats.

2.2 Existeixen persones amb necessitat de re “popu”, perquè?

2.3 Qui és mes feliç unes persona popular o una persona invisible? Perquè?

L'objectiu és parlar d'aquests temes amb l'alumnat i compartir les diferents visions respecte aquest tema.



## Visionat

Finalment, aquesta dinàmica pot semblar poc eficaç (els adolescents no presten atenció i s'avorreixen en moltes ocasions) però si vam encertar amb la informació i el mètode de divulgació, el visionat d'un documental pot ser una eina molt poderosa.

Us convidem a recomanar alguns d'aquests documentals:

1. **Recovery Boys** (Documental Netflix) d'Elaine McMillion Sheldon:

La proposta de la pel·lícula és molt senzilla, però mostra una gran sensibilitat a l'hora de filmar als seus protagonistes. I ho fa de forma respectuosa i moderada. És un documental de drames personals i familiars.

Temàtica: addicció a les drogues.

Tràiler: <https://www.youtube.com/watch?v=XSS9kYipRLk>

2. (ficció) de Catherine Hardwicke:

Probablement una de les pel·lícules més creïbles i precises sobre l'adolescència. Està escrita per la directora i per Nikki Reed, que és una de les dues noies protagonistes, que va escriure aquesta història als 13 anys. 13 anys té Tracy (Evan Rachel Wood) quan s'enamora d'Evie. Aquí comença un retrat intens sobre aquesta edat convulsa, amb sexe entre menors, amb la pertinent quantitat de drogues i alcohol i aquesta vegada amb auto-laceracions per acabar amb aquest explosiu còctel.

Tràiler: <https://www.youtube.com/watch?v=dgu0PxrWkQs>

3. **Campanya sobre alcohol i adolescència** (curt documental):

<https://www.youtube.com/watch?v=fC9MPyN4jA4>

4. **Consumo de drogues en la Adolescència** (Curtmetratge ficció i xerrada):

<https://www.youtube.com/watch?v=a9mvJaB7jWl>

5. **Campanya Generalitat de Catalunya sobre Begudes energètiques:**

<https://www.youtube.com/watch?v=gX3UNXN4ywc>

L'objectiu és poder fer cinefórum i parlar del missatge dels diferents vídeos i a partir d'aquí l'alumnat pot fer cadascú una declaració d'intencions de com pensa actuar a partir d'ara.