



CERCLES XSJ EN ACCIÓ
D'ESCOLTA
UNITAT DIDÀCTICA EMERGÈNCIA DANA

UNITAT DIDÀCTICA EMERGÈNCIA DANA

XSJ EN ACCIÓ: CERCLES D'ESCOLTA

La solidaritat és part del que som i el millor que tenim com a humanitat. En els moments més difícils, la nostra societat ha respost de forma unida a través d'ella. La solidaritat expressa una consciència de comunitat global que es necessita i que ens permet no deixar ningú enrere en tantes crisis que assolien el nostre món. En aquests moments tan complexos, la solidaritat ha d'estar preparada per arribar de manera eficaç a qui més ho necessita. Per aquest motiu, és important, per una banda, escoltar i parlar sobre el que estem sentint, així com canalitzar la nostra solidaritat en accions que donin suport de la millor manera a les persones afectades per la DANA.

Aquesta proposta educativa pretén ser una eina precisament per generar aquests espais d'escolta i cura, especialment orientada a adolescents i joves. Ells i elles es troben en una franja d'especial vulnerabilitat i requereixen espais segurs per expressar emocions i per donar resposta a la tragèdia des d'una solidaritat genuïna.

Orientacions bàsiques:

- **Públic al qual va dirigit:**
Població a partir de 12 anys, especialment grups d'adolescents i joves, en contextos educatius o fora d'ell.
- **Nombre de participants:**
Entre 5 i 30 persones
- **Materials necessaris:**
Espai per poder estar asseguts en cercle de manera que tots i totes es puguin veure. Objecte per poder passar d'una persona a una altra durant l'acció del Cercle de la paraula i l'escolta.

Desenvolupament:

Com ens sentim en aquest moment?

Per començar, farem una dinàmica per identificar l'estat d'ànim amb què les persones participants arriben a l'activitat. Els demanarem a tots i totes que tanquin els ulls i que inspirin i expiraren diverses vegades de manera tranquil·la. Han de concentrar-se en el seu estat d'ànim, com estan les seves emocions? es senten tranquils, tristos, alegres, enfadats, en calma... segons la valoració de cada un i una i amb els ulls tancats trauran els polzes cap amunt si la majoria de les emocions que senten en aquest moment són positives, polze cap avall si predominen les negatives, i al mig si estan entre unes emocions i altres.

Quan tots els polzes estiguin col·locats obriran els ulls i es donarà un moment perquè el grup pugui contemplar-se en silenci, fent-se càrrec de quina és la situació general del grup. Després se'ls agrairà per compartir el seu estat i es donarà pas a l'activitat següent.

Cercles de la paraula i l'escolta:

Primera Ronda:

Com ens sentim davant una catàstrofe com la provocada per la DANA?

L'activitat següent consisteix a desenvolupar un Cercle de la paraula i l'escolta; aquest espai pretén promoure la trobada i la reparació des de l'escolta.

Per al seu desenvolupament, tots i totes continuaran en cercle sense cap obstacle i garantint que tots i totes es puguin veure.

Per a l'activitat comptaran amb un OBJECTE DE LA PARAULA, que pot ser qualsevol cosa, però es recomana que sigui quelcom que simbolitzi la cura, pot ser un peluix amb forma de cor o un coixí petit, però també un llibre o un tros de fusta (qualsevol cosa que es puguin passar els uns als altres).

Abans de començar l'activitat se'ls donaran algunes indicacions bàsiques:

S'iniciarà una ronda perquè tots i totes puguin compartir les seves opinions i sentiments sobre una pregunta que es llançarà al grup.

Cada persona que ho desitgi, quan tingui l'objecte de la paraula, pot respondre a la pregunta segons el que està sentint i pensant en aquest moment.

Per respondre, tindrem en compte que estem en un espai segur i de confiança, on és fonamental que les opinions siguin respectuoses i no ofensives amb la resta.

Totes les respostes són vàlides i la resta del grup les escoltarà des del respecte i amb actitud d'escolta.

Durant l'activitat, la figura dinamitzadora té el rol de crear el cercle, explicar el sentit i les condicions del mateix i ajudar a sostenir i crear un bon clima des d'un rol d'escolta i sense excessiu protagonisme. Per iniciar, la persona dinamitzadora llançarà la pregunta i amb l'OBJECTE DE LA PARAULA a la mà la contestarà en primer lloc. Després passarà l'objecte a la persona de la seva esquerra, que podrà contestar a la pregunta o passar l'objecte a la persona següent. Així anirà de mà en mà fins que l'objecte torni a la persona dinamitzadora que proposarà a les persones que no han parlat si volen participar.

Segona Ronda:

A partir del que heu comentat a la primera ronda,

Quina acció creieu que podeu portar a terme com a grup en el vostre centre / organització / comunitat / àmbit d'actuació?

Aquesta pregunta té la intenció que entre tots i totes puguin donar idees d'una acció conjunta com a grup. I abans de passar la paraula al grup, i seguir la mateixa metodologia que en la pregunta anterior, recordarem unes recomanacions bàsiques per a l'acció:

Informació veraç: És important assegurar-nos que les fonts que utilitzem per informar-nos són veraces i que totes les persones les estan utilitzant correctament. En cas contrari, es pot generar més caos i incertesa. Com a joves, la tasca en les xarxes socials és fonamental, per això a l'hora de generar o compartir contingut a les xarxes, cal tenir en compte:

1.1 Verifica la font

Consulta si la informació prové de mitjans de comunicació reconeguts. Les organitzacions verificadores com Maldita.es i Newtral també són útils per confirmar la veracitat de la informació.

1.2 Investiga l'autor i verifica el perfil

Revisa si l'autor és un compte oficial i verificat a les xarxes (símbol de verificació blau o verificació pròpia de la plataforma). Si el compte és nova, anònima o publica contingut sensacionalista, és millor dubtar de la informació.

1.3 Revisa les imatges i vídeos

Observa si les fotos i vídeos semblen editats o de baixa qualitat. Si tens dubtes, cerca la imatge a Google Imatges o consulta llocs de verificació visual, però recorda que la manca de context en imatges autèntiques pot donar una impressió equivocada.

1.4 Identifica senyals d'alarma i exageració

Missatges que usen expressions com "Comparteix ja!", "Urgent!", o "Difon això a tots els teus contactes!" solen ser falsos o exagerats. També desconfia de missatges que generalitzen o que semblen dissenyats per provocar por.

1.5 Consulta fonts oficials i contrasta abans de compartir

Abans de reenviar una notícia, confirma la informació en canals oficials (per exemple, Protecció Civil, el govern, o mitjans coneguts). Això redueix la probabilitat de contribuir a la desinformació.

2. Acció sense dany, en una emergència és fonamental que la nostra acció no generi inconvenients a les víctimes, per això cal participar des de la sol·licitud de les persones que estiguin a càrrec de la intervenció en el terreny, que són les que estan més a prop de les víctimes i han escoltat les seves necessitats.

3. Potser volem col·laborar amb una ONG. Sempre podem consultar la feina que realitza, a qui es dirigeix i quins canals de col·laboració ofereix. Des d'Entreculturas i Alboan col·laborem a través de la campanya Emergència DANA.

4. Apostar per la cura, durant una situació d'emergència els nivells d'ansietat i angoixa són molt elevats, per això és fonamental mantenir la calma, estar al servei de la cura, de l'escolta i de la construcció d'entorns segurs on totes les persones es puguin sentir acollides i cuidades. Això construeix ciutadania i contribueix significativament a la regeneració del teixit social.

Un cop revisades aquestes recomanacions, tornarem a llançar la segona pregunta al grup:

Quina acció creieu que podeu dur a terme com a grup en el vostre centre / organització /comunitat /àmbit d'actuació?

Amb està pregunta s'iniciarà un nou Cercle de la paraula i l'escolta, durant les intervencions la persona dinamitzadora anirà apuntant en un lloc visible les principals idees del grup.

Prenem una decisió:

Un cop acabada la ronda, es retornaran al grup les idees principals que han comentat, i se'ls donarà un moment per si en sorgeix alguna més. Després se'ls agrairà l'espai compartit i l'obertura al grup. Es donarà l'opció de poder reprendre aquests cercles quan ho considerin necessari.

Nota: Per al desenvolupament d'una de les activitats compartides, es recomana fer una segona sessió on es puguin valorar de nou les opcions i contrastar-les amb les Recomanacions per a l'acció. La idea és que, seguint aquestes pautes, es pugui concretar una acció escollida pel grup.