

Klapp!

Teatro para jóvenes



Teatro y gestión emocional para jóvenes vinculados a centros abiertos.
Un proyecto para crear, compartir y crecer.



Proyecto psicoeducativo

KLAPP: Teatro y gestión emocional para jóvenes

Contenido

PROYECTO EDUCATIVO KLAPP: Teatro y gestión emocional para jóvenes.....	3
PRESENTACIÓN.....	3
MÉTODO ESPECÍFICO DE "EL TEATRO COMO OPORTUNIDAD"	3
ESTRUCTURA	3
METODOLOGÍA.....	4
OBJETIVOS Y CONTENIDOS DE LOS MÓDULOS	6
INFORMACIÓN PARA ENTIDADES QUE DESARROLLEN EL PROYECTO KLAPP	8
COLABORADORES.....	9
EL TEATRO COMO OPORTUNIDAD (INSTITUT GESTALT).....	9
FUNDACIÓ NOUS CIMS	9

PROYECTO EDUCATIVO KLAPP

Teatro y gestión emocional para jóvenes

PRESENTACIÓN

Desde El Teatro como Oportunidad y Nous Cims, proponemos un proyecto de teatro para jóvenes en riesgo de exclusión social vinculados a centros abiertos de entidades sociales.

Se trata de talleres de teatro y gestión emocional para jóvenes de entre 12 y 18 años, en grupos de edades de entre 12 y 14 años y de entre 15 y 18 años, pudiendo variar las edades de los grupos para adaptarnos a las diferentes necesidades.

El proyecto tiene como objetivo la promoción del bienestar y el acompañamiento a los jóvenes en su desarrollo como personas a través del teatro. Además, aporta herramientas de dinámicas grupales, que favorecen la comunicación y la gestión de las emociones.

Esta actividad es un programa financiado por la Fundació Nous Cims, por lo que no supone un coste extra para las entidades.

MÉTODO ESPECÍFICO DE “EL TEATRO COMO OPORTUNIDAD”

El teatro es mucho más que espectáculo. El teatro, además de un arte, es una maravillosa oportunidad para reflexionar sobre lo humano, el autoconocimiento, la expresión y la creación conjunta.

El trabajo que se realiza en el proyecto se construye sobre dos aspectos importantes: la TAREA y la RELACIÓN. La TAREA es el teatro, que favorece la creatividad y la expresión individual y colectiva. La RELACIÓN consiste en el desarrollo de la empatía, la escucha, la gestión de las emociones, e incluye la relación con uno mismo. Entendemos que la relación con uno mismo se basa en la comprensión de lo personal, la autoestima y la salud emocional, aspectos indispensables para crecer de una manera saludable.

ESTRUCTURA

Los talleres están diseñados como una actividad didáctica y de desarrollo personal. Las sesiones son una oportunidad para descubrirse, experimentar y crear junto a otros jóvenes en un ambiente de amistad y respeto. Creamos un espacio donde plantear inquietudes individuales y grupales, valores humanos, retos y expectativas, y poder darles una forma creativa a través del teatro.

En cada clase nos proponemos hacer teatro a la vez que ensanchar el horizonte personal de cada participante.

En la medida que los jóvenes puedan comprenderse a sí mismos, podrán comprender también a los demás y manejar de forma saludable los vínculos. Esta comprensión incluye el tomar conciencia de lo que hacen, dicen y sienten (emociones), para poder asumir la gestión de las emociones y la responsabilidad sobre sí mismos.

Comprender es un gesto compasivo que nos conduce a una mirada más humana, y ayuda a disfrutar de este espacio de aprendizaje y creatividad desde el respeto a uno mismo y a los demás.

Es una actividad principalmente grupal en la que los jóvenes se conocen, con una mirada interior, y en el que pueden llegar a reconocer conflictos importantes para con él y con su entorno. El programa propone un espacio de coordinación con los educadores referentes de los jóvenes y otro espacio espontáneo, informal e individualizado para los jóvenes que así lo pidan a los facilitadores de la actividad.

METODOLOGÍA

La metodología es vivencial: APRENDER HACIENDO y ACTUANDO, con un espacio para hablar y compartir la experiencia.

Un proceso que integra de forma equilibrada el trabajo con:

- El cuerpo.
- Las emociones.
- La cognición.
- El teatro.

Con una PROGRESIÓN GRADUAL y respetuosa y un acompañamiento, permite afianzar los logros para ir avanzando.

En cada sesión empezamos por lo fácil, con trabajos de menor a mayor implicación, y con un ritmo armonioso para evitar conductas compulsivas.

En los talleres, todo el grupo es protagonista. No hay actores secundarios. Respetamos el ritmo de cada uno, intentando que todos intervengan desde la cooperación y sin competición, fomentando la integración grupal: *“Si TÚ no estuvieras aquí, no seríamos el mismo grupo”*.

Los profesionales que llevan a cabo la actividad están formados en la metodología de “El Teatro como Oportunidad”, alineada y enmarcada dentro del Institut Gestalt, y además cuentan con una amplia experiencia y formación en teatro aplicado y acompañamiento a personas. Los profesionales se presentan a los jóvenes y las entidades como facilitadores, puesto que pretenden ser facilitadores de cambio de los procesos durante la actividad.

PROGRAMA ANUAL

El programa está ideado para ofrecer una continuidad del proceso durante el curso escolar, de octubre a junio.

La duración de los talleres es de 9 meses, divididos en 3 módulos de 12 sesiones (pudiendo ser de 10 sesiones, según el calendario de la entidad).

La duración de cada clase es de 2 horas, una tarde a la semana. El espacio “Comparte” es de 1 hora a la semana (el mismo día de la clase) y ocupará tanto los 30 minutos previos a la sesión como los 30 minutos posteriores a la misma.

ESPACIO “COMPARTE”

El facilitador dispondrá de una hora a la semana para hablar individualmente de temas del taller de teatro con los alumnos que lo pidan o necesiten. Se trata de un espacio de encuentro individual entre el facilitador de teatro y el alumno. Este espacio siempre estará en comunicación, supervisión y coordinación con el referente educador del alumno.

El objetivo de este encuentro es hablar sobre los aspectos que suceden en las clases de teatro, para facilitar el desarrollo de estas, así como afianzar el vínculo con el facilitador. No se trata de un acompañamiento terapéutico, psicosocial, ni psicológico. Los jóvenes podrán solicitar un encuentro dentro de esa hora.

TEMAS QUE IMPORTAN

Una buena parte del trabajo de la clase se desarrollará a partir de temas de interés que propongan los mismos participantes, así como a partir de temas propuestos por los docentes. A esta parte de la metodología le llamamos trabajo con “Temas que importan”.

Los temas se adaptan a cada grupo y pueden ser: cuestiones de género, la multiculturalidad, la vergüenza y los tabús, los adolescentes y su visión del mundo, la música que nos gusta, la relación con los padres, etc.

Se irán formulando y concretando en cada grupo de diferente manera. Por ejemplo: “Queremos respeto para las mujeres”, “Queremos respeto para los hombres”, “Mi cultura es diferente; ni mejor, ni peor”, “Si nos juntamos, sumamos”, etc.

Gracias a la ficción que nos aporta el teatro, los alumnos podrán explorar diferentes puntos de vista sobre un mismo tema, crear nuevas narrativas y darles forma creativa.

MUESTRA CON PÚBLICO

En el tercer módulo, el grupo realizará un trabajo de creación grupal bajo la dirección de los facilitadores y, si el grupo de jóvenes así lo quiere, lo presentarán ante el público (educadores, personal del centro, familiares o amigos que puedan asistir).

La creación consiste en una *performance* teatral colectiva, de unos 20 minutos de duración, donde se utilizarán los recursos teatrales aprendidos con el fin de compartirlos con el público.

OBJETIVOS Y CONTENIDOS DE LOS MÓDULOS

Objetivo general

Que los alumnos aprendan a hacer teatro y adquieran herramientas para la gestión de las emociones (reconocerlas, nombrarlas, comprenderlas, expresarlas de manera adecuada).

1^{er} módulo: Introducción al teatro / Autoconocimiento: cuerpo, mente y emoción.

2^o módulo: Interpretación teatral / Trabajo con las emociones: conciencia y comprensión.

3^{er} módulo: Creación y muestra final con público / Autoapoyo y gestión de las emociones.

1^{er} módulo: INTRODUCCIÓN AL TEATRO / AUTOCONOCIMIENTO: CUERPO, MENTE Y EMOCIÓN

Objetivos específicos:

1. Desarrollar y fortalecer la confianza, la autoestima y la cohesión grupal.
2. Reconocer y expresar las propias emociones.
3. Conocer los aspectos básicos del teatro.
4. Desarrollar la creatividad y la expresión corporal.

CONTENIDOS:

- Técnicas y conocimientos teatrales básicos: escenario, ficción, personajes, improvisación y creación.
- Técnicas de relajación y conciencia corporal.
- Técnicas de movimiento para la expresión y desinhibición.
- Técnicas gestálticas para identificar sensaciones, pensamientos y emociones.
- Dinámicas de vinculación, confianza y cohesión grupal.
- Ejercicios teatrales a partir de "Temas que importan".

2^o módulo: INTERPRETACIÓN TEATRAL / GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

Objetivos específicos:

1. Comprender y explorar las emociones en el espacio de ficción teatral.

2. Reconocer y comprender las emociones en los otros: escucha y empatía.
3. Aprender técnicas de improvisación teatral.
4. Componer personajes y roles (cuerpo, mente, emoción).

CONTENIDOS:

- Técnicas y conocimientos teatrales: escucha, aceptación, imaginación, adaptación, espontaneidad.
- Elementos dramáticos en la escena: conflicto, relación, espacio imaginario.
- Los tres tiempos del drama: inicio-desarrollo-final.
- Improvisaciones y creación teatral con “Temas que importan”.
- Las 4 emociones básicas y la creación de personajes.
- Desarrollo de habilidades comunicativas: escucha y empatía.

3^{er} módulo: CREACIÓN Y MUESTRA FINAL / AUTOAPOYO Y GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

Objetivos específicos:

1. Lograr un mayor auto apoyo para gestionar las propias emociones.
2. Integrar los aprendizajes adquiridos durante las sesiones.
3. Crear una *performance* teatral en grupo.
4. Comprometerse con los ensayos, la preparación del vestuario, la escenografía.
5. Desarrollar la cooperación, la responsabilidad y el trabajo en equipo.
6. Presentar la *performance* teatral ante el público.
7. Cerrar el proceso de aprendizaje.

CONTENIDOS:

- Dinámicas prácticas para la creación de una *performance* grupal.
- Montaje, ensayos y puesta en escena de la *performance*.
- Autoevaluación del proceso personal y grupal.
- Dinámicas para el cierre de procesos grupales.

INFORMACIÓN PARA ENTIDADES QUE DESARROLLEN EL PROYECTO KLAPP

Las siguientes consideraciones están planteadas para el buen desarrollo de la actividad y la consecución de los objetivos. Algunas de estas consideraciones pueden adaptarse en función de la organización de cada entidad.

Grupo y espacios

- Mantener un máximo de 12 alumnos por grupo.
- Las edades de los jóvenes son de entre 12 y 18 años. Trabajamos con dos grupos de edades de entre 12 y 14 años y de entre 15 y 18 años (pueden variar para adaptarnos a las diferentes necesidades).
- Es preferible que los grupos sean mixtos.
- La actividad debe ser voluntaria y no obligatoria. Es necesario que se tenga en cuenta la motivación y buena disposición hacia la propuesta.
- El espacio para la clase debe ser adecuado al número de alumnos.
- Para la muestra de final de curso será necesario un espacio para la asistencia de público. Necesitaremos sillas para el público y focos de teatro.

Entidad y educadores

- Es preferible que el educador de la entidad esté presente en las clases y conozca a los alumnos.
- El educador tendrá un rol de observador y puede participar si lo desea.
- La entidad debe prever una reunión de educadores y facilitadores de teatro una vez al mes. Estas reuniones pueden ser antes o después de una sesión.
- Con el fin de hacer una valoración del impacto del proyecto, la entidad debe pasar los test de valoración al inicio y al final del curso (a alumnos, educadores y familias). Tendrá que hacerlos llegar a la coordinación del proyecto de teatro.
- Es necesario que la entidad haga firmar a las familias el consentimiento de uso de imágenes y datos antes del inicio del curso.
- En caso de que durante el curso se programara una salida al teatro, la entidad debería gestionar las autorizaciones correspondientes.

COLABORADORES

El proyecto Klapp es fruto de la sinergia entre el Teatro como Oportunidad (Institut Gestalt) y la Fundació Nous Cims.

EL TEATRO COMO OPORTUNIDAD (INSTITUT GESTALT)

El Teatro como Oportunidad es un enfoque de teatro aplicado, creado en el 2006, que se desarrolla en diferentes ámbitos sociales, educativos y terapéuticos. Las directoras de El Teatro como Oportunidad son Laura Fernández (psicóloga) e Isabel Montero (trabajadora social).

Ambas son formadoras del Institut Gestalt de Barcelona, colaboran en el programa de prácticas de la Facultad de Psicología de la Universitat Ramón Llull y de la UOC, así como del Máster de Pedagogía Sistémica de la Universitat de Tarragona y la Universitat de Girona. (institutgestalt.com/teatro)

Desde el 2006, facilitan actividades formativas y proyectos de teatro aplicado, y dirigen el Máster “El Teatro como Oportunidad”. Trabajan con un equipo de profesionales reconocidos por su amplia experiencia, formación y calidez humana. (elteatrocomooportunidad.com)

En 2012 publicaron el libro *El teatro como oportunidad: un enfoque del teatro terapéutico desde la Gestalt y otras corrientes humanistas* (Editorial Ridgen), que recoge el enfoque en la práctica y la investigación sobre el aprendizaje del teatro unido al desarrollo y el crecimiento de las personas.

El coordinador del proyecto Klapp, miembro del equipo de El Teatro como Oportunidad, es José Francisco Martínez.

FUNDACIÓN NOUS CIMS

La Fundació Nous Cims (nouscims.com) crea, desarrolla e impulsa ideas y proyectos en distintos entornos, aportando una metodología propia de innovación social. Los ámbitos de actuación son la empleabilidad, el desarrollo global y el bienestar emocional.

El bienestar emocional de los niños y los jóvenes se puede ver influenciado por los diferentes entornos vulnerables socioeconómicamente, las relaciones familiares o las dinámicas disfuncionales que pueden presentar adultos referentes en el desarrollo de estos niños y jóvenes. Generamos iniciativas que ayudan a niñas, niños, jóvenes y familias en situación de sufrimiento psicológico o riesgo de padecerlo. Se atiende a todos ellos desde la proximidad de su entorno (familia, escuela, entidades sociales...).

Nuestro reto es que tanto niñas, niños, adolescentes y jóvenes sean capaces de manejar sus emociones y puedan afrontar reacciones afectivas ante cualquier estímulo.

De la misma forma que los cambios más profundos en la vida de las personas requieren tiempo, somos conscientes que instaurar modelos de intervención innovadores y diferenciadores en la red convencional de atención en salud mental requiere de una rigurosa evaluación de su impacto y sostenibilidad, más allá del tiempo y del conocimiento generado.

Nous Cims quiere aportar con su metodología específica valor al tejido social respondiendo a los retos que presenta:

- Analizando cómo se atienden las necesidades emocionales y de bienestar de niños, niñas y jóvenes.
- Buscando ideas e iniciativas innovadoras a nivel nacional e internacional, basadas en la evidencia.
- Definiendo los proyectos en cooperación con sus partners, entidades y organismos sociales, educativos y sanitarios.
- Participando en la ejecución e implementación de los proyectos para que sean una realidad.
- Evaluando los proyectos para progresar en calidad de atención mediante un enfoque de mejora continua.
- Fortaleciendo los proyectos para asegurar su impacto y sostenibilidad

Los miembros del Área de Bienestar Emocional de la Fundació Nous Cims que participan en el diseño, seguimiento y evaluación del programa Klapp son Marta Mosquera (directora del área) y Pau Gomes (Project Manager).