

SINGURĂTATEA LUI PEDRO

Creativitatea aplicată la singurătate (Activitatea 10/12)

DESCRIERE

În cadrul acestei activități, participanții vor analiza studiul de caz și vor oferi recomandări pentru protagonist, răspunzând la câteva întrebări.

OBIECTIVE

Obiectivul acestei activități este de a înțelege câteva adevăruri despre emoțiile negative:

- Este în regulă să te simți singur.
- Este bine să vă exprimați tristețea care apare ca o consecință a singurătății.
- Este bine să căutați ajutor de la alte persoane.

RESURSE ȘI MATERIALE

Fiecare participant va primi o foaie cu povestea lui Pedro, după cum urmează:

Pedro și-a pierdut soția cu câteva luni în urmă. Se simte extrem de singur. Nu știe ce să facă în viața lui. viață și nu este motivat pentru nimic. Prietenii și fiica sa îl vizitează, vorbesc cu el și îl asigură că se va face bine, dar nu ajută. Are o durere infinită în interior.

De asemenea, vor fi adresate următoarele întrebări:

- 1) Este bine să ne simțim așa în anumite momente ale vieții?
- 2) Ce pot face alții pentru a-l ajuta pe Pedro?
- 3) Ce poate face Pedro pentru a se ajuta.

De asemenea, fiecare participant va avea la dispoziție un creion pentru a nota câteva idei pe foile de hârtie.

IMPLEMENTARE - INSTRUIRE

Moderatorul le înmânează participanților documentele cu povestea și întrebările. Fiecare participant va avea la dispoziție 20 de minute pentru a citi povestea și a răspunde la întrebări. Apoi, moderatorul va organiza o discuție în timpul căreia membrii grupului își vor împărtăși ideile cu privire la situația lui Pedro și ce poate face el și alții pentru a se simți mai bine.

MODIFICĂRI POSIBILE

În loc de formatul în două etape, mai întâi individual, apoi în grup, activitatea poate fi realizată inițial în grup. Moderatorul va citi povestea și va iniția discuția și sesiunea de întrebări-răspunsuri fără pregătire prealabilă.

REZULTATELE AȘTEPTATE

Vârșnicii vor vedea din exemplu că este bine să se simtă singuri în anumite situații, dar se poate îmbunătăți dacă
căutați ajutorul altora, exprimați-vă emoțiile și nu vă închideți în voi înșivă.