

ACTIVITATS

Activitats creatives per a fomentar i afavorir el **benestar emocional** de les persones joves a la ciutat de Barcelona.

Sèrie d'activitats, dividides en diverses sessions de **cocreació amb persones joves**, amb l'objectiu de:

- Fomentar la detecció, gestió i abordatge d'emocions i desitjos entre les persones joves mitjançant tècniques i mètodes creatius (principalment el Teatre de les Oprimides i Storytelling, entre altres).
- Habilitat un espai per a reflexionar i abordar críticament el paper dels mitjans de comunicació (xarxes socials, mitjans digitals i altres) i la representació i abordatge que fan de temes com el benestar emocional, l'ansietat social i la solitud.
- Estimular el diàleg i treball creatiu a partir de temes d'identitat, origen, socialització i relacions de poder per a fomentar un espai de convivència i prevenir situacions de discriminació, assetjament escolar, estigmatització o exclusió entre les joves.

Plataforma en línia amb contingut audiovisual de les històries de joves en relació amb aquests temes a través de mitjans artístics i creatius.

MÉS INFORMACIÓ SOBRE STOP! WORDS IN PROGRESS:

www.ccchallenge.eu/es



creativecopingchallenge
CCChallenge

Sòcies



STORY
TELLING
CENTRE

la xixa
CREATIVE SOCIAL INNOVATION

NOGAP
WHAT'S NORMAL?



Ajuntament de
Barcelona



Co-funded by
the European Union

STOP! WORDS IN PROGRESS, joventut, 2021-1-NL02-KA220-YOU-000029028, Finançat per la Unió Europea. No obstant això, les opinions i punts de vista expressats són exclusivament els de les autora o autors i no reflecteixen necessàriament els de la Unió Europea ni els de l'Agència Executiva en l'Àmbit Educatiu i Cultural (EACEA). Ni la Unió Europea ni la EACEA poden ser considerades responsables d'aquestes.

PROJECTE

STOP! WORDS IN PROGRESS

APROFUNDINT SOBRE EL TRASTORN D'ANSIETAT SOCIAL EN EL TREBALL AMB JOVES

CONTEXT

El Trastorn d'Ansietat Social és el tercer trastorn de salut mental més freqüent entre les persones joves. Les experiències negatives - conflictes familiars o per assetjament escolar, per exemple - tenen un efecte perjudicial en el desenvolupament de les seves principals capacitats cognitives i emocionals. La pandèmia ha tingut un enorme impacte social en la gent jove, ja que la relació amb els seus iguals és crucial. Per això, el confinament ha estat un factor addicional de vulnerabilitat.

Fins ara, no existeixen coneixements ni afirmacions sobre el que les persones experimentaran o podrien arribar a experimentar a llarg termini. No obstant això, ja existeixen hipòtesis sobre l'anomenada "tercera pandèmia social", caracteritzada per aspectes posttraumàtics i depressius. A la vista d'aquestes consideracions, el projecte **STOP! WORDs in PROGRESS** explora les possibilitats d'elaborar mòduls educatius basats en l'aprenentatge socioemocional responent així a la necessitat de la gent jove de treballar el trastorn d'ansietat social i l'ansietat social. Més concretament, la metodologia utilitzada integra pràctiques de l'educació **no formal**, la **creativitat** i la **psicologia** en mòduls educatius desenvolupats a través de tres instàncies creatives diferents: **el teatre social, el storytelling i les històries cantades**.

OBJECTIUS

STOP! Words in progress pretén crear, provar i desenvolupar diferents eines i recursos útils sobre l'ús de mètodes creatius per a abordar el tema del trastorn d'ansietat social (TAS) en el treball amb joves. L'objectiu general és implicar la gent jove per a treballar cinc habilitats específiques:

1. **Consciència emocional** (com identificar i reconèixer les emocions)
2. **Autoregulació emocional** (saber regular i controlar les pròpies emocions)
3. La capacitat de prendre **decisiones responsables**
4. **Habilitats relacionals** (comunicar, cooperar, negociar, prestar i demanar ajuda).
5. **Consciència social** (empatia, respecte per les altres persones i apreciació de la diversitat)

METODOLOGIES

- **Teatre de les Oprimides**
- **Storytelling**
- **Música com a eina de treball introspectiu**
- **Procés dramàtic**

GRUPS DESTINATARIS

- Joves d'entre 14 a 30 anys
- Professionals que treballin amb joves

RESULTAT

- **Kit d'eines** per a professionals de l'àmbit de la joventut i la formació juvenil: **Rutes creatives per a l'aprenentatge socioemocional**.
- Un text introductori que proporciona informació sobre el projecte i l'**enfocament metodològic**: metodologies participatives i creatives basades en el Teatre de les Oprimides, el Storytelling, la música i el Procés dramàtic per a treballar amb joves temes de salut mental i intel·ligència socioemocional.
- Conjunt d'eines dirigit a professionals, organitzacions i institucions que treballen en l'àmbit de la joventut, el benestar mental i l'educació no formal, amb l'objectiu de proporcionar **eines innovadores i fàcils d'usar** per a relacionar-se amb joves sobre aquests temes.
- Un capítol que inclou **11 vídeos curts** en els quals les facilitadores poden rebre una explicació pas a pas d'una activitat determinada, així com rebre valuosos consells i suggeriments a l'hora de posar en pràctica l'activitat específica.
- Un capítol que inclou **consells i trucs per a formadores i professionals** en relació a com abordar la **diversitat** d'un grup; com afrontar emocions massa grans; com fomentar el treball col·lectiu i utilitzar la dinàmica de grup; com tractar els diferents nivells de confiança; com treballar amb diferents nivells d'energia; i com mesurar els resultats i fomentar la participació i el compromís.