

Nivell de dificultat: 1

Edat recomanada: > 7
anys

Intenció educativa:

- Practicar l'escolta activa.
- Dialogar amb serenitat.

Resum: Escolta activa per parelles entorn un tema de debat en el grup classe.

Temps: 45 minuts.

Tipus: Interior. Tranquil·la.

Grup: Grup-classe.

Material: -

Desenvolupament

- Per començar, comentem el valor de l'escolta activa per poder sentir respecte i arribar a acords. Recordem què vol dir escoltar activament: posar atenció en l'altre, mirar-la, estar atenta a entendre el que diu, valorar la seva opinió, no interrompre ni jutjar. Parafrasejar és un recurs que ajuda a afermar l'escolta activa.
- Plantegem un tema sobre el que el grup té pendent parlar i indiquem que recollirem l'opinió de tothom d'una manera diferent i particular: cadascú escoltarà molt bé a la seva parella per traslladar la seva opinió al grup.
- Es posen en parelles una persona davant de l'altra, se'ls demana un moment de silenci, fer 3 respiracions per connectar amb l'activitat i arrencar. En el primer torn, tenen 1-2 minuts perquè un expliqui a l'altre la seva opinió sobre un tema determinat. En acabar qui escolta parafraseja el que ha entès per assegurar-se que és correcte. En el segon torn, les parelles han d'intercanviar els rols.
- En rotllana, cada membre del grup reporta l'opinió de la seva parella. Recollim totes les opinions, identificant les idees principals i més compartides, els dubtes i les aportacions rellevants.
- Obrim un torn de paraula si algú té alguna cosa més a aportar.
- En acabar valorem l'experiència d'escoltar activament

Valoració i conclusions

- Com us heu sentit les persones que escoltàveu en el primer torn? Us ha estat fàcil escoltar? Com us heu sentit les persones que escoltàveu en el segon torn? Us ha estat fàcil escoltar? per què? per què no?
- A les persones que parlàveu, us heu sentit escoltades? Ha recollit bé la vostra opinió? Ha estat fàcil o difícil escoltar i parafrasejar? Què us cal millorar? En quines situacions us pot ser útil utilitzar l'escolta activa?
- Com us heu sentit quan escoltàveu? Ha estat fàcil escoltar, entendre-ho i parafrasejar? I explicar l'opinió de la vostra parella al gran grup?
- Quan parlàveu, us heu sentit escoltades? Quines coses ha fet la teva parella que t'han ajudat? Identificar-les amb el màxim de concreció (mirar-me, parafrasejar, etc.). Heu sentit que la vostra opinió quedava ben explicada al gran grup?

Altres indicacions

Us pot ajudar fer un cartell recordant aquells comportaments que faciliten l'escolta (no interrompre, mirar als ulls, etc.).

Propostes d'acció:

- Introduïu l'ús de l'escolta activa de forma habitual a l'aula.