

TROFO 2021. MATERIAL PREVI PER A CAPS

Recurs per conceptualitzar el dol, la mort, les pèrdues, els processos de canvi i la incertesa. L'objectiu d'aquest recurs és prendre consciència sobre els propis conceptes i processos de dol, mort, pèrdues, processos de canvi i incertesa.

PART 1 - Contextualització

Us proposem un recull de contes, curts i pel·lícules relacionades amb el tema. Podeu veure-les totes, triar-ne una a l'atzar... Us recomanem especialment el conte narrat "El buit", de l'autora Anna Llenas.

- Conte narrat [El buit, d'Anna Llenas](#), realització de Irene López, Belén Navarro i Arantxa Álvarez (3').
Parla de la cerca del sentit, de l'aprendre a conviure amb el buit que genera la pèrdua fins acceptar qui ja no hi és i recol·locar la teva vida sense aquest ésser.
- Conte narrat [No te vayas, de Gabriela Keselman](#), il·lustrat per Gabriela Rubio (6').
Tracta diferents pèrdues, ens fa entendre el "deixar anar" i comprendre el procés de pèrdua com un camí de canvi i aprenentatges possibles.
- Conte narrat [El hilo de la vida](#), de Davide Cali i Serge Bloch, amb realització de Jose A. Laboreo (4').
Parla de conviure amb la incertesa.
- Conte [Camí de la Lua](#), de Neus Ballesteros, Ivan Tàpia i Ewa Sitko, il·lustrat per Xevi Victori (18 pg.)
Ens explica els detalls del procés de dol i les fases per les quals passa la Lua i el camí que recorre -ben acompanyada- per poder conviure amb la pèrdua que repreenta la mort del seu pare.
- Curtmetratge [Cuerdas](#), de Pedro Solís García (11').
Fa una lliçó de vida entorn el vincle i la importància d'aquest. Ens ajuda a entendre la importància d'acompanyar i ser-hi, així com el significat i el valor de les coses.
- Pel·lícula "Cartas a Dios".
Ensenya l'imprescindible que és acompanyar, rebutja la compassió i incita a la comprensió, la comunicació i el donar sentit a la vida. Malgrat tenir un

cert deix religiós (encara que no el compartim, l'entenem com una opció) i comentaris gordofòbics i capacitistes, la recomanem perquè ajuda a entendre la importància de l'actitud en afrontar tant l'acompanyant com la persona que es mor.

La vida està plena de pèrdues, ens agradi o no, per això us animem a intentar viure-les des d'una perspectiva de canvi, com un procés d'aprenentatge. Res ens tornarà el que hem perdut, però si aprenem a conviure amb la mort i/o la pèrdua, acceptem que algú ja no hi és, i des de l'enyorança trobem la nova manera de viure amb aquest canvi, segur que ho vivim millor.

Entenem que cadascú viu els seus dols de manera única i una mateixa pèrdua pot originar dols diferents en dues persones diferents. Vivim dols quan perdem un objecte que valorem, en situacions d'incertesa enmig d'una pandèmia, amb la mort... i els vivim amb una intensitat diferent.

Volem posar l'enfoc en com ho vivim en el nostre context, en la nostra tasca educativa, com ho viuen els nostres infants i sobretot, com podem acompanyar-los i apoderar-los per viure millor els processos de canvi. Com a caps, no som ni hem de convertir-nos en expertes en acompanyar el dol, sinó que el nostre paper és oferir eines a les unitats per tal que puguin viure millor aquests dols, pèrdues i processos de canvi.

PART 2 - Prendre consciència sobre els propis conceptes de dol, mort, pèrdues, processos de canvi i incertesa (a través de preguntes d'introspecció personal).

*Recordatori: en el cas que es comparteixi en grup, prèviament hem d'acordar entre totes no riure de res, escoltar amb atenció la persona i ser el màxim respectuoses, encara que personalment ho visquem de manera molt diferent.

Què us proposem i per què? Entenem que com a persones o com a individus, per tractar qualsevol tema ens hem de revisar a nosaltres mateixes. Per tal que a la TROFO puguem aterrar el tema al món de l'escoltisme tot posant infants i joves al centre, us proposem una dinàmica "ritual" en què cadascú reflexioni

sobre el seu propi concepte i tinguem la oportunitat de revisar-nos i posar atenció en les nostres pròpies ferides. D'aquesta manera, a la TROFO podrem centrar-nos més en acompanyar infants i joves, tenint en compte les nostres pròpies preocupacions, i havent-les abordat prèviament.

Comencem? Et proposem fer un ritual. Per començar, crees una “caixa del record”: busca un pot, caixa o recipient on dipositaràs tot allò que generis. Agafa un paper i un boli, retolador, pintura a l'oli, aquarel·la... i encén una espelma. A continuació, passes a respondre les preguntes del Bloc 2.1. Si necessites expressar alguna cosa escrivint-la, dibuixant-la, o bé en un altre format artístic, fes-ho i guarda-ho a la caixa.

BLOC 2.1 - INDIVIDUAL-MENT

PENSO. Com visc la mort, la pèrdua, el dol i la incertesa? Quines eines tinc?

EXPRESSO. Penso en amb les pèrdues que he viscut durant la teva etapa com a infant, com em vaig sentir al respecte? Quines ferides tinc obertes?

Exemples de pèrdues quotidianes: no viure més els campaments com a infant, acabar l'institut, separació de la família, canvis de rols en la unitat...

RECURSOS per reflexionar sobre el concepte. Cada persona s'expressa de manera diferent. Esmentem recursos útils per tal que puguis trobar el teu i puguis expressar-te de la manera que et sentis còmode:

- Posar-me música de fons i tancar els ulls per relaxar-me i poder pensar en les preguntes.
- Escriure allò que penso em pot ajudar a organitzar les idees i pot ajudar a expressar-me.
- Crear dibuixos per expressar allò que penso m'ajudarà a alliberar-me i trobar respostes.
- Crear àudios/gravacions sobre allò que penso, com a manera d'expressar, per després poder-hi tornar i escoltar-me a mi mateix/a.
- Si volem generar una cosa conjunta amb més d'una persona, podem crear un mural (en format virtual) i plasmar allò que pensem sobre el paper d'embalar (amb paraules, dibuixos, etc).

BLOC 2.2 - COMPARTIM

Comparteixo com he gestionat els dols de la meua vida (rituals, eines...). Us convidem a compartir el treball en petit grup, amb el vostre cercle de confiança, unitat de caps, consell (o potser és un grup massa gran i decidiu no fer-ho)...

Abans de començar a compartir, valoreu conjuntament si apostar per un espai no-mixt per tal que es generen espais més segurs i còmodes per a tots i totes. És important entendre que la manera com ens travessa l'eix de gènere és diferent segons quin rol i posició de poder tenim dins el cau i, per tant, necessitem tenir espais per compartir, reflexionar i parlar des del propi rol que ocupem.

CONSIGNES PER FACILITAR EL COMPARTIR:

- Dona't permís per mostrar tot allò que necessitis.
- Penseu i organitzeu-vos per tal que cada persona pugui expressar-se i ser el/la protagonista.
- Confia en el grup i pren consciència de la diversitat que hi ha.
- L'objectiu no és expressar compassió per l'altra persona, sinó que aquesta se senti escoltada i sostenir les emocions que se'n puguin derivar ([Recursos per acompanyar el dol](#))
- Respecta els teus propis límits, els dels/les altres i els del grup.
- Poseu límits a les possibles agressions i violències dins del grup. Exemples on haurem de posar límits: mirades o comunicació no verbal ofensiva, riure's o fer mofa d'algú altre, tallar o ocupar l'espai de paraula quan algú s'està expressant, insultar o agredir verbalment, físicament...