

rebordelos

AMANTIS

SELFIES, SEXTING E OUTRAS FORMAS DE AMAR(SE)

**CADERNO
PARA A
REFLEXIÓN**

Este caderno foi deseñado para convidar a docentes e alumnado a compartir uns momentos de reflexión e acompañamento. Está pensado para poñer en práctica despois de asistir ao espectáculo teatral, nunca antes. É especialmente recomendable que os e as rapazas poidan experimentar a obra sen estar condicionadas/os por ideas previas.

Todas as actividades foron deseñadas por un equipo de terapeutas expertos no traballo con adolescentes e procura crear un espazo de escoita no que todas e todos poidamos poñer en común preocupacións, inquedanzas e pensar solucións individuais e compartidas a problemas do día a día que xorden da nosa cada vez máis íntima e intensa relación co universo dixital.

ÍNDICE

Premier para acceder aos contidos

Introdución

Obxectivos

Actividade 1

Actividade 2

- Escena Comeza o show Amantis

- Escena Chaman a Miguel á dirección

- Escena Freestyle

- Escena Corpo e sexualidade

- Escena cos seus amigos

- Escena separación do pai e da nai

- Escena humillación

- Escena mudanza

- Escena escarnio tinder nai

Webs de interese

Profesionais que deseñaron este caderno



INTRODUCCIÓN

A obra de teatro que acabamos de ver quere achegarnos á adolescencia da chamada Xeración Z de forma entretida e próxima, procurando a identificación co personaxe protagonista e afondando máis alá do que vemos nunha primeira ollada ao asomarnos á realidade adolescente.

É unha oportunidade para docentes e familia para falar de temas moi interesantes como poden ser: a identidade dixital, as interaccións na rede, os contidos que atopamos nesta, a pegada dixital, a extimidade, as diferenzas por cuestión de sexo e/ou xénero no uso das TICS, as relacións afectivas, a influencia da pornografía no modelo erótico, a masculinidade hexemónica, a fenda xeracional e os proceso de desenvolvemento da identidade dos adolescentes, a presión de grupo, a necesidade de pertenza etc.

As redes sociais facilitánnos espazos novos nos que desenvolvernos, nos que vivir, amosarnos, coñecer a outras persoas, namorarnos, xestionar conflitos etc. Espazos nos que se vai moldeando a nosa identidade, forxando un sentimento de pertenza, un novo xeito de nos comunicar e crear vínculos con regras novas. Estes espazos dixitais son completamente reais para os e as adolescentes.

Atopámonos fronte a un gran desafío educativo.

Vivimos nunha sociedade violenta, que fomenta a agresión, a competitividade e que expulsa ao/á diferente. Todo vai ás présas, a felicidade é un mandato e é a túa exclusiva responsabilidade porque -se nos di-: Se queres, podes.

O mal uso da tecnoloxía é un síntoma de sufrimento interno, da necesidade de sentirse querido/a, valorado/a. Se isto non se ten no fogar, buscámolo fóra. E internet e as redes sociais ofrecen un lugar no que enganarse con facilidade.

A adolescencia ten poucos lugares de encontro. Faltan espazos seguros nos que se lles permita o contacto directo con liberdade, nos que discutir, ensaiar e actuar.

Todo o que facemos na adolescencia ten un porqué. Sempre hai unha explicación. A meirande parte das veces, trala obsesión por documentar o día a día, amosándoo todo, simulando ou esaxerando as partes boas, o que hai é a procura dunha sensación de vida máis satisfactoria. É unha porta de fuxida dunha realidade con moitas dificultades.

Internet proporciona sobreexcitación, sobreestimulación. É o imperio do aquí e agora, do "xa" e do "eu".

Os e as docentes, os pais e nais, non podemos virarlle as costas a esta realidade. Xa sexa para empregar as redes como aliadas ou para actuar como contrapeso dos moitos intereses comerciais ou lóxicos e información falaces que hai nas redes e que atravesan o día a día dos e das adolescentes.

A realidade que pretende amosar Amantis sobre o universo adolescente actual é que hai moita información e posibilidade de comunicarse, pero que os e as adolescentes, moitas veces, están moi sos/soas.

A obra fala tamén da erosión das diferenzas interxeracionais. Os e as adultos/as de hoxe e os e as adolescentes ocupamos e compartimos os mesmos espazos, ligamos ou relacionámonos nos mesmos "lugares". A nai de Miguel liga na mesma rede social que algún dos amigos del.

Detrás de todo isto, está a contorna social desfavorable na que vive Miguel. Fragmentación familiar e un sistema educativo que o expulsa, que non lle permite poñer palabras ao que lle está acontecendo.

Non sabe como afrontar a súa realidade, non sabe como existir nun mundo que dá medo e na rede, pola contra, el pode ser quen queira. Pode ser amado, recibir esas calmantes doses rápidas e frías de dopamina a través dos *likes*.

A obra é unha oportunidade para abordar que detrás do comportamento dun/dunha adolescente como Miguel sempre hai unha ou varias explicacións. Unha necesidade á que ás veces lle faltan límites; outras, responsabilidade; outras, cariño, valoración etc.

Vemos un déficit grave no mundo adulto que rodea a Miguel. Está só no conflito, non hai adultos/as que o conteñan, que poñan orde na súa confusión, que lle axuden a diferenciar entre realidade e fantasía. O sufrimento que vive vaise desvelando ao longo da obra. Esta comeza na fantasía de que todo é posible, pero a realidade imponse e aparecen a frustración, a dor e a anguria.

Miguel logra, ao final da obra, explorar o desexo propio, desenvolver un maior pensamento creativo e respectar a súa orixinalidade. Vencer o seu medo a ser el mesmo.

Agora que xa vistes a obra, convidámosvos a reflexionar, a pensar como se vai transformando pouco a pouco a realidade "ideal" que nos presenta Miguel.



Os obxectivos deste caderno son que os e as alumnos/as se fagan preguntas sobre a súa relación coas e nas redes sociais, que cuestionen estereotipos e poidan pensar e sentir con autonomía. Procura achegar ferramentas para axudarlles a manexar emocións, sentimentos, identificándoos, aceptándoos, recoñecéndoos e xestionándoos.

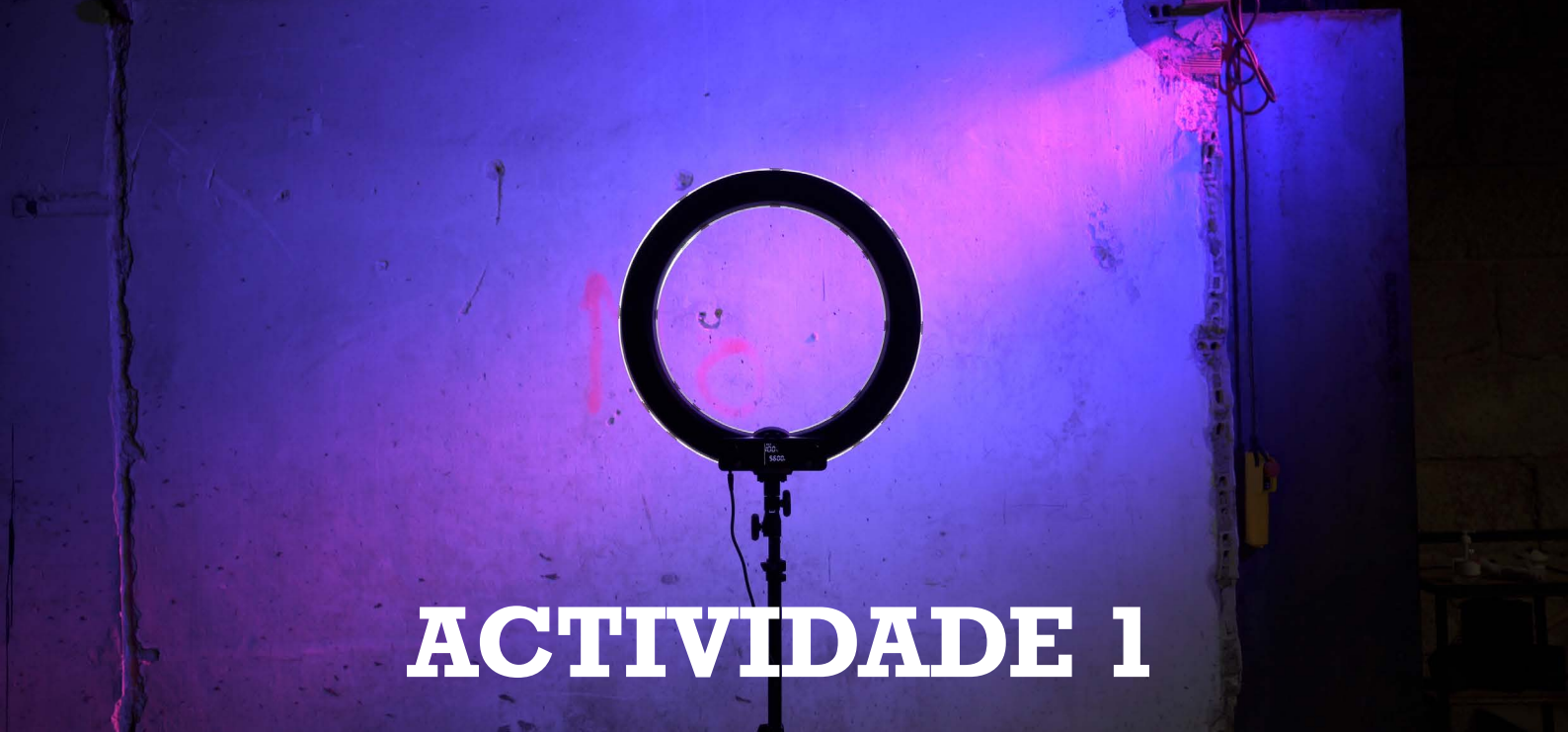
Quere tamén achegar claves para que os e as adolescentes poidan acompañar os sentimentos dos outros/outras e amosarse dispoñibles ante as súas situacións adversas.

Convidalos e acompañalos na reflexión sobre o que supón medrar. Identificar a súa singularidade, tomar conciencia das limitacións e das potencialidades.

Convidalos/as a cuestionar os mandatos sociais imperantes que nos chegan dende as redes, reconsiderar e favorecer a crítica sobre o que se nos presenta como imperativos ou formas válidas de pensar. Abrir o foco e ampliar a súa perspectiva.

Desenvolver unha ética social na que as relacións interpersoais nas redes sociais se baseen no respecto, na responsabilidade e na igualdade.

En resumo, este caderno pretende ofrecer ferramentas para formar persoas informadas socialmente, competentes emocionalmente e eticamente responsables.



ACTIVIDADE 1

Convidamos as rapazas e rapaces a encher este cuestionario de forma anónima. Mesturámoslos todos e o docente repártelle un cuestionario xa cuberto a cada participante. Trátase de que cada alumno/a lea en alto o cuestionario anónimo doutro/a compañeiro/a. Poñemos en común e anotamos as principais respostas no encerado, a modo choiva de ideas.

Abrimos un debate. O obxectivo non é xulgar nin moralizar, senón pensar xuntos/as sobre a forma na que empregamos as RRSS, que procuramos nelas, como nos fan mentir etc.

Procuramos que pensen de forma crítica, que se cuestionen.

Ao rematar o debate visualizamos esta ligazón:

LINK

Cantas e que redes sociais tes e para que as empregas?

Cantos seguidores tes aproximadamente?

Que tipo de contidos adoitas subir?

Pensas que hai diferenzas de xénero no emprego das RRSS?
Cita algún exemplo.

Coñeces alguén que tivera algún problema con elas?
De que tipo?

Cantos selfis fas aproximadamente antes de elixir un?
A que cres que responde esa forma de actuar?

Que tipo de edición aplicas nas fotos que subes?

Normalmente apareces só/soa ou en compañía?

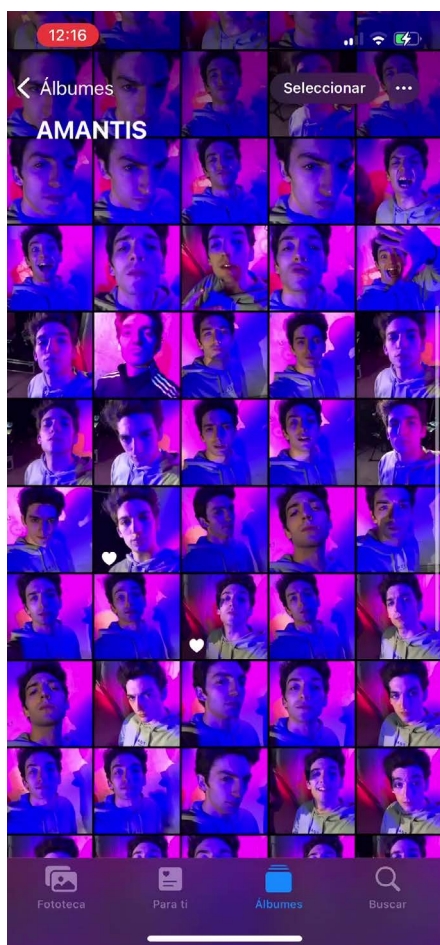
Que che gustaría que pensasen os demais cando as ven?

En que cres que inflúen as RRSS na túa autoestima?

Como cres que inflúen as redes sociais nas túas emocións?
E nos teus pensamentos?

Pensaches algunha vez en eliminar as túas contas? Por que?

ACTIVIDADE 2



As seguintes actividades procuran reflexionar e convidar ao pensamento crítico sobre algunhas escenas da obra. O/a titor/a seleccionará as escenas que considere en función dos temas que interesen e do calendario docente. Todas están deseñadas para fomentar o diálogo e a reflexión.



COMEZA O SHOW AMANTIS

"Gozar!
Somos e facemos o que queremos!
5000 no directo e subindo!"

Que sente o protagonista nese momento?

- Euforia
- Poder
- Ser visto
- Ser único
- Ser diferente

Que espera obter?

Que sentiches ti ao velo?

Que pensas sobre este tipo de relación coas RRSS?

Miguel quiere fabricar unha imaxe que cre que lles vai gustar aos demais, un disface, unha armazón, unha máscara e unha estratexia que lle axude a sobrevivir, a tapar a angustia que sente no fondo, a incerteza e o medo. Quere tapar todas as emocións que lle fagan sentir-se vulnerable e fráxil. Constrúe unha marca, convértese nun produto, ata ten un logo.

O micro e a cámara axúdanlle a construír o escenario, o seu escaparate virtual no que todo é posible, no que desprega toda a súa fantasía do que cre que lle gustaría ser. No que hipربولiza e idealiza a súa propia imaxe.

Que fai que merquemos o seu "produto"?

Como logra Miguel que nos enganchemos rápido a el?

Cres que hai algo forzado na súa conduta? Cal é a súa pretensión? Podería acadar o que quere doutra forma?



CHAMAN A MIGUEL Á DIRECCIÓN

O personaxe empeza a amosar inconscientemente a súa realidade. O almacén do escaparate non é tan ideal como parece. Fálanos do conflito coa nai, que non apoia a súa faceta de creador de contidos e cóntanos tamén que o expulsaron do instituto.

Na escena na que Miguel se entrevista co/coa figura de autoridade docente vemos como o sufrimento do rapaz pasa inadvertido.

Podemos identificarnos con el, aparece a súa realidade, a súa familia e as persoas adultas da súa contorna académica. Estas persoas non logran comprender o que lle pasa, colócanlo nunha situación na que el se sente xulgado e acaba pechándose, tomando distancia emocional e poñéndose en actitude defensiva. Ao final da escena, é expulsado.

Aquí trata de poñerse de manifesto que o conflito queda invisibilizado, que a presión de grupo para ser o gracioso, o atrevido, e un profesor que non conecta co alumnado serve en bandexa un detonador para chegar a determinados comportamentos. Serve para algo neste caso a expulsión?

Como se sentiu Miguel? Como pensas que lle axudarían mellor?

Imaxina un guión alternativo desta escena na que o/a adulto/a acompañe mellor a Miguel. Que pensas que precisaría Miguel nese momento? Cal pensas que sería un bo final para esa escena? Propón un final novo para ela.

ESCENA DO FREESTYLE: AS BATALLAS DE GALOS

As batallas de galos aparecen como un espazo liberador da rabia, de catarse emocional na que poñer ao/á outro/a contra as cordas, na que só vale gañar ou perder, humillar ao outro fronte aos/ás demais.

Aparece o grupo de amigos por primeira vez e deixa ver a súa primeira inseguridade: no seu cuarto rapea coma ninguén, pero non se atreve a facelo con outros/as.

Por que pensades que Miguel non se atreve a rapear cos seus amigos?

Como se podería afrontar unha situación deste tipo sen danar a Miguel?

Despois deste debate, pode visualizarse o seguinte vídeo para reflexionar arredor das batallas de galos de xeito positivo. Recomendado a partires de 4º da ESO.

LINK





ESCENA CORPO E SEXUALIDADE

Miguel fala do seu corpo, dos seus abdominais, do seu escapate externo.

Cal pensas que é o mandato imposto para ter un corpo atractivo segundo o canon das redes sociais actuais?

Comentade calidades físicas que se valoren positivamente nos mozos nas RRSS.

Comentade calidades físicas que se valoren positivamente nas mozas nas RRSS.

Miguel conta como perdeu a virxindade nos vestiarios do instituto. Di que todo foi polo manual e que el levou o peso da situación.

Que pensades que quere dicir con iso? De que manual fala?

Como se supón que debe ser unha relación sexual "de éxito"?

Que condicións poden facer que unha relación sexual coital sexa satisfactoria?

Que se espera socialmente que pase nunha relación sexual?

Que presións pode sentir alguén de 15 anos neste tema?

Miguel amósanos o seu catálogo de mozas nunhas caixiñas. Semellan recortes, cachos, escenas, todas fracasadas e con finais frustrantes ata que aparece Ana. Con ela ten conexión emocional porque lle gusta como é, porque lle aporta, cuestiónao, interpélao.

Ela exprésalle a necesidade de comunicarse e compartir entre os dous unha relación sexual na que el aplica o “manual”.

Finalmente, Miguel sucumbe á presión dos “colegas” que o xulgan por estar cunha moza que sae dos canons estéticos imperantes.

Que pensades que pasa cando nos sentimos atraídos/as ou comezamos a namorarnos de alguén que pensamos que non vai ser aceptado/a polo noso grupo de amigos/as?

Como pode afectarnos a presión de grupo á hora de defender o noso propio desexo?

Que custe pode ter para Miguel defender a súa relación? Cales son os correctivos sociais que poden recibirse nestes casos?

Como credes que se pode afrontar esta situación? Como respectar o teu propio desexo?

Que beneficios traería para Miguel escoitar ao seu propio desexo?

Despois deste debate, propoñemos traballar con estes vídeos realizados pola asociación ASEIA para tratar as relacións afectivo sexuais na adolescencia.

Recomendamos a partires de 4º da ESO.

LINK

Para traballar as novas masculinidades e reflexionar sobre o vídeo
(A partir de 2º da ESO)

LINK



ESCENA COS SEUS AMIGOS

Ao volver á clase trala expulsión, a relación coa súa cuadrilla vaise amosando menos ideal. Pican nel para que faga un vídeo novo do profesor de Historia, a pesar de que saben que iso pode traerlle problemas.

Ás veces, facemos cousas que sabemos que poden meternos en problemas. Tamén ás veces, poida que sexamos testemuñas ou cómplices de abusos a outros/as sen que saibamos actuar. Ou poida que toleremos situación abusivas de amigos/as que nos fan sentir mal e non saibamos defendernos.

Como cres que puido contestar Miguel cando os colegas o encirran para "facer outra"? Como podería afrontar esa situación?

Que beneficio lle reporta sucumbir á presión? Cal é a perda para el?

Propoñemos o seguinte vídeo para reflexionar sobre o acoso nas RRSS:

LINK

ESCENA DA SEPARACIÓN DO PAI E DA NAI

A vida real irrompe con forza na súa armazón dixital. Na separación da nai e do pai, a súa vida real aparece con forza.

O pai e nai dinlle que non lle vai a afectar en nada, que o fan por el.

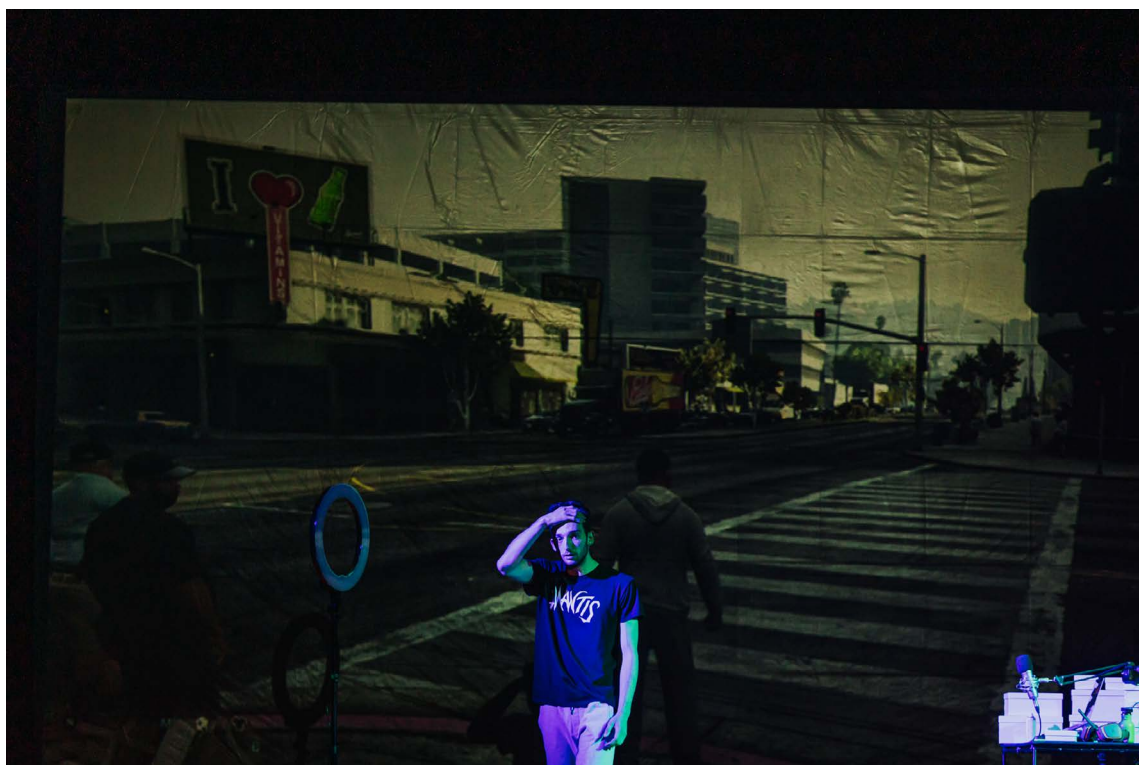
Miguel sente dor, rompe por dentro, sente a perda da súa casa e da súa familia. Como se esborralla a súa vida. Anestésiasse cos videoxogos, métese neles e non lle conta a ninguén o que lle pasou. Chega ao instituto e non fala con ninguén, moito menos cos seus "colegas". Non se fía deles. Non ten amigos para os momentos malos.

Busca refuxio no aumento de seareiros/as nas súas RRSS.

Cres que hai xente que pode atopar nas RRSS ou nos videoxogos unha forma de non conectar co que lles está pasando? Por que pensas que pode pasar isto?

Que pensas que procuran o seu pai e a súa nai ao dicirlle que a separación non lle vai afectar en nada e que el non ten culpa de nada?

Que podería facer Miguel para xestionar esta situación tan dolorosa?



ESCENA DA HUMILLACIÓN

O protagonista chega ao instituto e Ana interésase por el. Escapa tralos seus amigos e vive unha situación na que lle toca ser a el o fotografado e humillado polos seus amigos. Inmobilízano entre os tres e fanlle unas fotos aos seus xenitais.

Por que pensas que non lles di nada unha vez que lle fan as fotos?

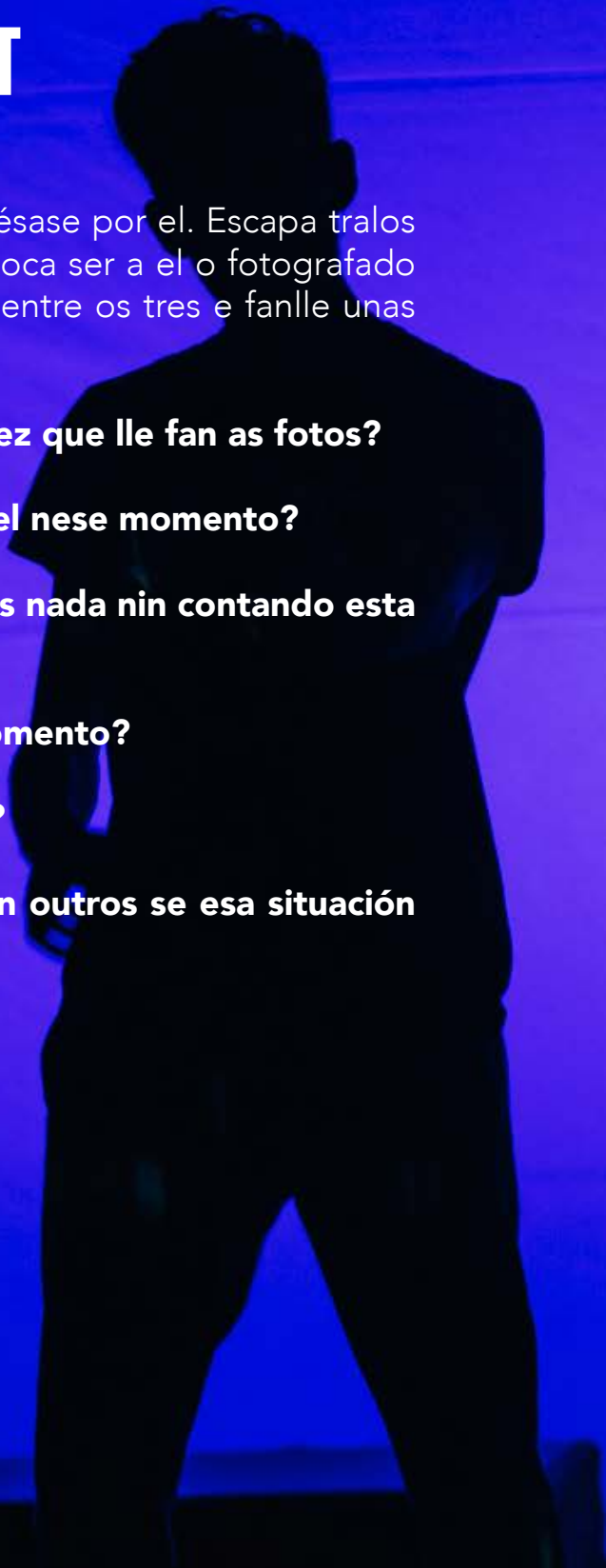
A que pensas que lle poder ter medo Miguel nese momento?

Que pensas que quere evitar non dicíndolles nada nin contando esta agresión a ningún?

Que cres que sente o protagonista nese momento?

Podería facer algo diferente nesa situación?

Pensas que as sensacións e os medos serían outros se esa situación exacta a vive unha moza?



ESCENA DA MUDANZA, A EVASIÓN

Miguel cóntanos que viviu xa moitas mudanzas. Podemos imaxinar o que pode supor para el non ter un lugar-fogar estable. Conecta coa lembranza dos tres, nai, pai e fillo, pedindo fideos no chinés. Desta vez todo será distinto porque a mudanza vén pola ruptura do núcleo familiar. Todos eses momentos remataron para sempre.

Cea só.

"M" busca formas de evadirse e non conectar coa súa dor.

Pensas que a súa estratexia para evitar o sufrimento é adecuada? Por que?

Podería Miguel facer algo diferente con esa dor? Que tipo de cousas podería facer?



ESCENA DO ESCARNIO POLO TINDER DA SÚA NAI

Os seus amigos descubren o perfil da rede social que emprega a súa nai para ligar e converten a súa aula nun mosaico de insultos e fotos dela.

Miguel sente rabia fronte a ese escaparate que tamén é o Tinder da súa nai. Sente vergoña e rexeitamento.

Intenta contactar co seu pai e sente que non lle fai caso.

Está roto por dentro e cheo de ira contra a súa nai, sente noxo dela. Rompen os seus esquemas e asistimos ao seu derrube emocional.

Como te sentiches ao ver a Miguel así? Como te sentiches ao ver como acaba por chamarlle "puta" a súa nai?

Tras un tempo desconectado das redes, logo de vivir ese momento de tensión, "M" esvaécese un pouco e comeza a mostrarnos a Miguel, á súa realidade crúa, espida.

Hai algunhas persoas que o botan de menos, non está só, pero non soubo velo.

Ana aparece como unha persoa auténtica, próxima e disposta a acompañalo.

Miguel, acompañado por Ana, atopa a forza para facerlle honra ás palabras que segundo el o definen: forza, paixón, talento e futuro.

Afronta por fin o seu medo ao ridículo por rimar en público.

Pensas que perde ou gaña?

Que perde? Que gaña?

Como te sentes con este final da obra?

Poñeríaslle outro final á obra de teatro? Cal?

Escríbelle unha carta a Miguel.





WEBS DE INTERESE

<https://empantallados.com/>

<https://www.anar.org/>

<https://www.incibe.es/>

<https://www.is4k.es/>

<https://usolovedelatecnologia.orange.es/>

<https://www.pantallasamigas.net/>

<https://emaize.com/>

https://www.donestech.net/files/guia_conectar_sin_que_nos_raye.pdf

[http://www.cmpa.es/datos/2/Espacios_Seducion_\(Web\)48.pdf](http://www.cmpa.es/datos/2/Espacios_Seducion_(Web)48.pdf)

PROFESIONAIS QUE DESEÑARON ESTE CADERNO

BELÉN MONTESA LOU



Licenciada en Psicoloxía pola Universidade do País Vasco (UPV)

Psicóloga xeral sanitaria

Terapeuta familiar habilitada pola FEAP

Experta en drogodependencias pola Universidade Complutense de Madrid

Mestrado en sexología pola Universidade de Alcalá de Henares

Experta en grupos multifamiliares pola fundación OMIE Barcelona

Coordinadora dos programas de prevención e promoción da saúde mental infanto xuvenil, en centros escolares de primaria e secundaria.

JUAN CARLOS PERMUY BERMÚDEZ



Licenciado en Psicoloxía e diplomado en Educación Social

Mestrado en Terapia Familiar Sistémica

Instrutor de Mindfulness avalado pola Universidade de Zaragoza.

Experto en drogodependencias pola Universidad Complutense de Madrid.

Experto en Animación Sociocultural

Especialización en técnicas de psicoterapia con adolescentes e as súas familias.

Traballa como psicoterapeuta e foi director de recursos de atención a persoas con trastornos aditivos e a súas familias.

Coordinador dos programas de prevención e promoción da saúde mental infanto-xuvenil, en centros escolares de primaria e secundaria. Traballo clínico con familias e adolescentes.

reborde los

 AMANTIS_OFICIAL

 REBORDELOS



REBORDELOS.COM