



3ª Sessão

Eu e a minha Casa

OBJETIVOS DA SESSÃO

Pretende-se que os participantes tomem consciência do lugar da Casa de Acolhimento nas suas vidas, levando à reflexão individual sobre as emoções despoletadas pela vivência em acolhimento residencial.

MATERIAIS:

- Um saco onde constam cartões com várias emoções
- Um cartaz com as várias emoções representadas

DINÂMICA: Jogo do tempo - quanto vale um minuto?

O que sentiste?

Vale a pena pressionar os outros?

Gostas de ser pressionado?

Cada um tem o seu ritmo

DESCRIÇÃO:

Os cartões são colocados num saco e retirados aleatoriamente por cada jovem, que deverá selecionar um parceiro para, através da mímica/expressão corporal, representar a emoção que consta no cartão e levar os restantes jovens a identificá-la. Com a ajuda do grupo, pretende-se decifrar o papel da Casa de Acolhimento na vida de cada jovem e as emoções que a mesma lhe desperta (eventualmente situações concretas e como faz para as ultrapassar).

No caso de os jovens não conseguirem representar a emoção através da expressão corporal/mímica, poderão dar pistas para que os restantes participantes consigam identificá-la: começa pela letra Sentimos essa emoção quando...

Após a identificação da emoção, inicia-se uma discussão/reflexão em volta dela:

- ✓ Em que momentos da tua vida sentiste essa emoção?
- ✓ O quê ou quem despoletou essa emoção?
- ✓ Como fizeste para ultrapassar essa emoção?
- ✓ Tiveste ajuda de alguém para ultrapassar o que estavas a sentir?
- ✓ É frequente sentires essa emoção?
- ✓ Achas que o facto de viveres na Casa, faz com que sintas por vezes essa emoção?

No Final:

- ✓ De todas as emoções, qual/quais é que representam melhor aquilo que sentes por viveres na Casa de Acolhimento?
- ✓ De todas as emoções, qual aquela que mais gostas de sentir na vida?