



DANÇA DE CRISTAL

Metodo Integrato Marchio-Patti®
PELA ASS. LA CITTÀ DEL SOLE



5-10 pessoas



interior | exterior



expressão artística | dança



1 hora

PROPÓSITO

CONEXÃO DE GRUPO

- conexão emocional
- identidade individual dentro de um grupo
- consciência das interconexões de grupo

INTRO

- * Esta é uma atividade que integra movimentos de dança e de teatro com fotografia como um meio de expressão e um instrumento para reflexão.
- * A função desta atividade é melhorar a conexão entre os membros do grupo através da comunicação não verbal, a observação do outro, o reconhecimento do seu espaço e do espaço dos outros. Através desta experiência, os membros do grupo podem ficar conscientes das interconexões dentro do grupo e reconhecer padrões recorrentes de comportamento. Além disso, os membros do grupo individualmente podem aprender como normalmente se relacionam com o seu ambiente.



MATERIAIS

- equipamento de música e seleção de música
- projetor e computador
- roupa confortável

PREPARAÇÃO

- O espaço onde se realizarão as atividades deve ser protetor e grande o suficiente para permitir que todos se possam movimentar livremente.
- Prepara o projetor e o computador numa parede.

PASSOS

1. O facilitador pede aos participantes para se espalharem no espaço, e colocarem-se numa posição confortável e observar os outros, as suas posições no espaço e os espaços vazios. Depois é-lhes pedido que fechem os olhos e se conectem consigo mesmos, através da respiração e de reparar nas suas tensões musculares. Depois disso, o facilitador guia os participantes até um estado de relaxamento, acompanhado por música de fundo.
2. Continuando conectados com a música, os participantes começam a dançar pelo espaço, cruzando-se uns com os outros enquanto experimentam diferentes modos de se movimentarem.
3. Quando sentirem que é apropriado, um dos participantes "congela" numa posição (ficando em estátua). Gradualmente todos os outros participantes, sempre dançando e continuando ligados à música e ao movimento dos outros, juntam-se ficando congelados na sua própria posição assegurando que pelo menos uma parte do seu corpo fica em contacto com o corpo de outra pessoa e assim completando a estátua coletiva. Esta posição é mantida até que todos estejam conectados, e numa posição "congelada". O resultado final é uma estátua criada pelo grupo todo, que o facilitador deve fotografar.
4. Depois, um de cada vez, os participantes espontaneamente "derretem" da posição em que estavam e retomam a dança, até que passado um tempo de todos estarem a dançar, novamente uma pessoa fique numa posição "congelada" e assim dá início a uma nova estátua colectiva que será novamente fotografada. A sequência é repetida até que a música acabe.
5. No fim, o facilitador projeta as fotografias na parede por ordem progressiva, convidando os participantes a observar: eles mesmos, os outros e o grupo como um todo. O resultado é uma troca de observações das fotografias. Após este momento os participantes partilham e refletem sobre a experiência com a atividade em pequenos grupos.



! ! !
DANÇA DE CRISTAL!
! ! !

REFLEXÃO

- O que sentiste durante as várias partes da atividade, incluindo a de contacto?
- Como foi olhar para as fotografias das estátuas criadas pelo grupo?
- Como achas que esta experiência pode contribuir para o desenvolvimento da resiliência?

COMENTÁRIOS

- Este tipo de experiência pode ter um impacto emocional muito forte nos indivíduos e/ou no grupo, por isso é importante que o facilitador esteja familiarizado com o grupo, o seu trabalho interior, e as suas necessidades.

