



SOCIALIZANDO COM A TUA VOZ

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



PROPÓSITO

DESENVOLVIMENTO DE GRUPO

- comunicação simbólica com a tua voz
- apresentar-se ao grupo
- diminuir as tensões

INTRO

* Este jogo é útil para criar conexões num grupo que se está a formar, mas também num grupo que já está formado mas em que a comunicação está sob hiper controlo

* parando a expressão emocional dos seus membros. Pode parecer constrangedor para algumas pessoas expressarem-se usando a sua voz, esta atividade ajuda a ultrapassar essa resistência e ajuda os participantes a relaxar, porque é como um jogo divertido, em que não há tempo para pensar e tudo para

* a ser baseado nos instintos.

MATERIAIS

- uma almofada não muito grande

PREPARAÇÃO

- Um espaço onde possam estar todos os participantes à vontade.

3 PASSOS

1. O facilitador pede aos participantes que formem um círculo e que atirem uma almofada de uns para os outros:
 - o participante que atira a almofada começa por dizer o seu nome
 - a pessoa que recebe a almofada deve repetir o nome que ouviu e dizer o seu enquanto atira a almofada para outra pessoa
 - esta ação é repetida até que todos os que estão no círculo tenham dito o seu nome
2. Na segunda parte do exercício:
 - o participante que atira a almofada faz um som com a sua voz
 - o que recebe a almofada imediatamente sem pensar copia o som que ouviu e atira a almofada outra vez fazendo um novo som
 - a ação é repetida até que todos os que estão no círculo tenham participado
3. Como esta é uma atividade introdutória, não é necessário fazer a partilha da experiência no fim; contudo, no fim da atividade seguinte pode dar-se oportunidade para falar sobre o que sentiram durante o jogo.



REFLEXÃO

- Como te sentiste enquanto foste apresentado aos outros?
- Qual foi o teu sentimento principal nas duas fases?
- Como é que esta atividade pode contribuir para desenvolver a resiliência?

COMENTÁRIOS

- Este jogo pode ser feito antes de atividades de grupo, pois cria uma atmosfera relaxada que pode ser uma base importante para um trabalho de grupo. O jogo pode ser utilizado com pessoas de todas as idades e em qualquer contexto.
- O melhor é evitar utilizar música de fundo, ou colocar com volume baixo para que se possa ouvir os sons e os nomes. No caso de se utilizar música esta deve ser de ritmo rápido.
- Este jogo pode também ser feito com um grupo grande (30 pessoas) mas neste caso o melhor é criar subgrupos.