CULTURA PER SENSIBILITZAR I TRANSFORMAR

Cultura, art i comunitat com a eines de prevenció



SENSIBILITZAR PER TRANSFORMAR

Una activitat de sensibilització va més enllà d'explicar què és la violència. Les accions poden ajudar a:



- **VEURE** Reconèixer situacions que s'havien normalitzat.
- **NOMENAR** Posar paraules a emocions, expressar necessitats i etiquetar violències.
- **RECONEIXER** Com afecten les nostres accions a altres persones.
- **ASSAJAR** Explorar maneres de respondre alineades amb el benestar i la convivència.
- **TRANSFORMAR** Traslladar allò après a la convivència quotidiana.

LLENGUATGES ARTÍSTICS AL SERVEI DEL BON TRACTE

RELATS I CONTES | Posar paraules

La ficció permet acostar-se a situacions difícils sense assenyalar ni exposar experiències personals. Ajuda a preguntar-nos:

- Què està passant?
- Com se sent cada persona?
- Quins senyals hi apareixen?
- Qui hi pot ajudar?
- Què es podria fer d'una altra manera?

MÚSICA I AUDIOVISUAL | Expressar i transformar

Crear una cançó, escriure, gravar o construir un relat audiovisual pot ajudar a:

reconèixer emocions → expressar-les → compartir-les → generar empatia → construir nous relats

La creació permet que nens, nenes i joves no siguin només receptors de missatges, sinó protagonistes de la reflexió.

TEATRE I JOC DE ROLS | Assajar alternatives

Habitar diferents personatges permet aturar una situació, observar-la i provar altres respostes. Podem practicar:

- marcar límits;
- demanar ajuda;
- deixar de reforçar una violència;
- cercar respostes més saludables.

L'EXPERIÈNCIA COM A PORTA AL CANVI

Una activitat pot connectar-se amb experiències personals i despertar emocions.
Per potenciar un aprenentatge positiu, cal acompanyar tres moments clau:

ABANS **Crear seguretat**

Oferir explicacions clares sobre el tema, tenir acords de participació i recordar que no hi ha obligació de compartir experiències pròpies.

DURANT **Escoltar i acompanyar**

Facilitar la participació equilibrada, el llenguatge impecable i acompanyar ampliar la mirada, explicant conceptes i evitant els judicis.
Important aprendre a diferenciar:

- Conflicte ≠ violència
- Posar un límit ≠ fer mal
- Expressar malestar ≠ agredir

DESPRÉS **Transformar l'experiència**

Preguntar:

- Què hem descobert?
- Què volem canviar?
- Què podem fer si torna a passar?

DE L'ART A LA CULTURA PREVENTIVA

Les activitats de sensibilització obren espais reflexió per a la reflexió i la coresponsabilització. Espais creatius i de seguretat on:



- parlar;
- demanar ajuda;
- expressar malestar;
- revisar relacions;
- construir acords de convivència.

Són **eines preventives** que poden portar canvis positius a la cultura quan es fan amb compromís, continuïtat i comunitat:

Aquesta cultura ha d'incloure nens, nenes i adolescents + famílies + professionals + entorn comunitari



LA CULTURA POT OBRIR ESPAIS PER MIRAR, SENTIR I ACTUAR D'UNA ALTRA MANERA.

La cultura de la prevenció converteix les experiències quotidianes en un laboratori viu on aprendre a mirar, sentir i actuar des de llocs més connectats a la convivència i el bon tracte.

PDA BULLYING Plataforma

Amb el suport de l'Ajuntament de Barcelona: Barcelona

#ESSBCN2030 #SomESS

CC BY NC ND