



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**DOIS AMIGOS PLANEARAM
ENCONTRAR-SE PARA UM CAFÉ, MAS
UM DELES NÃO PERCEBEU A HORA E
NÃO APARECEU. EXPLORE AS EMOÇÕES
DE DECEÇÃO, CONFUSÃO E FORMAS DE
RESOLVER O MAL-ENTENDIDO.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM PARTICIPANTE DEVE DAR UM
FEEDBACK CONSTRUTIVO A UM
COLEGA QUE COMETEU ERROS NUMA
ATIVIDADE DE GRUPO. O DESAFIO É DAR
O FEEDBACK DE FORMA AMÁVEL.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM MEMBRO DA FAMÍLIA QUER
EXPERIMENTAR ALGO NOVO, MUDAR-
SE PARA UMA CIDADE DIFERENTE E ESTÁ
MUITO ENTUSIASMADO COM ISSO, MAS
OUTROS ESTÃO HESITANTES OU
PREOCUPADOS E TÊM DIFICULDADE EM
COMPREENDER A SUA DECISÃO.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM MEMBRO DA FAMÍLIA QUER
EXPERIMENTAR ALGO NOVO, MUDAR-
SE PARA UMA CIDADE DIFERENTE E ESTÁ
MUITO ENTUSIASMADO COM ISSO, MAS
OUTROS ESTÃO HESITANTES OU
PREOCUPADOS E TÊM DIFICULDADE EM
COMPREENDER A SUA DECISÃO.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM AMIGO ESTÁ ANSIOSO POR ATUAR
EM PALCO PELA PRIMEIRA VEZ. A
DRAMATIZAÇÃO ENVOLVE OUVIR, DAR
CONFORTO E USAR UMA LINGUAGEM
CORPORAL POSITIVA PARA AUMENTAR
A SUA CONFIANÇA.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**NUM PROJETO DE GRUPO, UMA PESSOA
DISCORDA DA DECISÃO DA MAIORIA. A
PESSOA PARECE ZANGADA. OS
PARTICIPANTES PRATICAM A
EXPRESSÃO DE OPINIÕES COM RESPEITO
E A PROCURA DE UM COMPROMISSO.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM PARTICIPANTE ESQUECEU-SE DE
CONVIDAR UM AMIGO PARA UM
EVENTO E APERCEBE-SE QUE ISSO O
MAGOOU. O AMIGO FICA MUITO
TRISTE. A DRAMATIZAÇÃO CENTRA-SE
NA APRESENTAÇÃO DE UM PEDIDO DE
DESCULPAS EMPÁTICO E NA
RECUPERAÇÃO DA CONFIANÇA.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UMA PESSOA SENTE-SE TÍMIDA PARA
PARTICIPAR NUMA ATIVIDADE DE
GRUPO. OS OUTROS PARTICIPANTES
ENCORAJAM-NA, UTILIZANDO APOIO
VERBAL E GESTOS NÃO VERBAIS PARA
QUE SE SINTA INCLUÍDA.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM PARTICIPANTE ESTÁ ZANGADO POR
TER RECEBIDO FEEDBACK E CRÍTICAS
QUE TEM DIFICULDADE EM ACEITAR.
PRATICAR A GESTÃO DE SENTIMENTOS
DEFENSIVOS E OUVIR AS CRÍTICAS COM
UMA MENTE ABERTA.**



Cofinanciado pela
União Europeia

MÓDULO 5: ATIVIDADE #3



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM AMIGO PARECE ESTAR
SOBRECARREGADO COM DESAFIOS
PESSOAIS. OS PARTICIPANTES ESTÃO A
TENTAR TER UMA CONVERSA DE APOIO,
DEMONSTRANDO EMPATIA E
OFERECENDO AJUDA SEM SEREM
INTRUSIVOS.**



CENÁRIOS DE DRAMATIZAÇÃO EMOCIONAL

NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

**UM PARTICIPANTE NÃO CONCORDA
COM O SEU CONTRATO DE TRABALHO E
QUER FALAR COM O DIRETOR SOBRE O
CONTRATO. O GERENTE É UMA PESSOA
DIFÍCIL DE FALAR E NORMALMENTE
NÃO MOSTRA MUITA PACIÊNCIA OU
COMPREENSÃO.**