

WP3 - Κοινό Πρόγραμμα Κατάρτισης για τον Κοινωνικό, Πολιτιστικό και Υγειονομικό Τομέα

Δραστηριότητα 2, Ενότητα 4

ΤΟ ΈΓΓΡΑΦΟ ΠΑΡΗΧΘΗ ΑΠΟ: ΕΔΡΑ

Δραστηριότητα ενεργητικής μάθησης - περιγραφή

Ενότητα	4. Θέατρο και θεατρικές δραστηριότητες ως διαχείριση και μέθοδοι θεραπείας των διαταραχών της ψυχικής υγείας των ηλικιωμένων
Κεφάλαιο	Η χρήση του θεάτρου για τη διαχείριση και τη θεραπεία της Διαταραχής ψυχικής υγείας στην τρίτη ηλικία
Ονομασία της δραστηριότητας	Αυτοσχεδιαστικό θέατρο για συναισθηματική έκφραση
ΣΤΟΧΟΣ(ΕΣ)	- Ενθάρρυνση της συναισθηματικής έκφρασης και του αυθορμητισμού των ηλικιωμένων μέσω του αυτοσχεδιαστικού θεάτρου. - Βελτίωση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και μείωση των συναισθημάτων άγχος ή απομόνωση.
ΜΕΘΟΔΟΙ	Αυτοσχεδιαστικό θέατρο και καταιγισμός ιδεών: Θα δοθούν στους συμμετέχοντες σενάρια και θα τους ζητηθεί να αυτοσχεδιάσουν τις απαντήσεις τους, συμμετέχοντας σε αυθόρμητο διάλογο και ρόλο... παίζουν. Αυτό γίνεται σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες.
ΧΡΟΝΟΣ ΚΑΤΑΝΟΜΗ	50m

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΙ ΠΟΡΟΙ	Πρόσωπο με πρόσωπο: καρέκλες τοποθετημένες σε ομάδες, πίνακας ή flipchart για καταιγισμό ιδεών. Σε απευθείας σύνδεση: Εικονική πλατφόρμα συναντήσεων με αίθουσες διαλέξεων, ψηφιακές εκδόσεις των σεναρίων (κοινή χρήση στην οθόνη ή μέσω συνομιλίας), διαδικτυακά εργαλεία καταιγισμού ιδεών όπως το Google Jamboard
--------------------	---



“Επί σκηνής στη χρυσή ηλικία: Θέατρο για την υγιή γήρανση”

ΑΡ. ΕΡΓΟΥ: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973



«Επί σκηνής στη χρυσή ηλικία: Θέατρο για την υγιή γήρανση” ΑΡΙΘΜΟΣ ΈΡΓΟΥ:
2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

ΟΔΗΓΙΕΣ*

Εισαγωγή (10 λεπτά): Εξηγήστε την έννοια του αυτοσχεδιαστικού θεάτρου και πώς βοηθά στη συναισθηματική έκφραση και τη νοητική ευελιξία, αναφερόμενοι στις αρχές της δραματοθεραπείας.

Δραστηριότητα προθέρμανσης (5 λεπτά): όπου οι συμμετέχοντες στηρίζονται ο ένας στις δηλώσεις του άλλου σε ζευγάρια ή μικρές .

Δραστηριότητα Παιχνίδι (20 λεπτά):

- **Πρόσωπο με πρόσωπο:** Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες και δώστε σε κάθε ομάδα μια κάρτα σεναρίου (π.χ. "Βρίσκεστε σε μια οικογενειακή συγκέντρωση", "Μόλις λάβατε απροσδόκητα νέα"). Οι ομάδες αυτοσχεδιάζουν σύντομες σκηνές με βάση τα σενάρια.
- **Σε απευθείας σύνδεση:** Χρησιμοποιήστε αίθουσες διαλείμματος. Αναθέστε σε κάθε ομάδα ένα σενάριο και οι συμμετέχοντες αυτοσχεδιάζουν σκηνές, είτε με κάμερες για τη γλώσσα του σώματος είτε χρησιμοποιώντας μόνο τη φωνή τους.

Συζήτηση και προβληματισμός (10 λεπτά): Συζητήστε πώς ο αυτοσχεδιασμός επέτρεψε στους συμμετέχοντες να εκφράσουν αυθόρμητα συναισθήματα. Σκεφτείτε αν η δραστηριότητα βοήθησε τους συμμετέχοντες να νιώσουν πιο χαλαροί ή συνδεδεμένοι με τους άλλους.

Κλείσιμο (5 λεπτά): Συνοψίστε τα οφέλη της συναισθηματικής

έκφραση στο θέατρο και τη σημασία της δημιουργικότητας στη διατήρηση της ψυχικής υγείας.

ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Η θεωρία των ρόλων του Jacob L. Moreno, αρχές της δραματοθεραπείας

ΕΝΤΥΠΑ	Κάρτες σεναρίων: Συναντάτε έναν παλιό φίλο στην αγορά", "Σχεδιάζετε μια έκπληξη για τα γενέθλια ενός μέλους της οικογένειας". Αυτά μπορούν να εκτυπωθούν ή να μοιραστούν ψηφιακά.
----------------------	--



“ON STAGE IN THE GOLDEN AGE: THEATRE FOR HEALTHY AGEING”

PROJECT NUMBER: 2023 - 1 - RO01 - KA220 - ADU - 000160973

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ: <https://age-thea.eu/>

FACEBOOK: [Θέατρο για την υγιή γήρανση](#) **INSTAGRAM:** [age.thea2023](#)