

La sedia



A CURA DI

La Xixa Teatre



DURATA

30 minuti



MOMENTO FORMATIVO IN CUI SI INSERISCE

L'ATTIVITÀ

Seconda metà del corso



PARTECIPANTI

Fra 10 e 20 partecipanti



OCCORRENTE

- Una sedia
- Dello scotch di carta per delimitare il palco
- Abbastanza spazio per permettere alle e ai partecipanti di sedersi intorno al palco.



OBIETTIVI

- Incentivare la comunicazione non verbale, la creatività/improvvisazione e la gestione die conflitti
- Promuovere una maggiore conoscenza di sé stessi
- Imparare ad acquisire fiducia in sé stessi quando si sta di fronte a un gruppo di persone
- Lavorare su ruoli differenti



DESCRIZIONE DETTAGLIATA

1

- Dividi la stanza in due parti, creando il palco e lasciando abbastanza spazio per il pubblico.
- Posiziona una sedia sul palco e chiedi alle e ai partecipanti di occuparsi.



2

- Adesso chiedi a tutte e tutti i partecipanti di andare ad uno a uno sul palco per un minuto, senza parlare, cercare di convincere la persona a cedere la sua sedia. Le e i partecipanti possono negoziare in ogni maniera tenendo conto dei rispettivi limiti.



3

- Le e i partecipanti devono cercare di evitare tutte le tentazioni, ma possono alzarsi quando desiderano.



4



Per concludere l'attività poni alle e ai partecipanti le seguenti domande:

- Quali aspetti dell'attività ritenete più facili?
- Quali difficoltà avete incontrato?
- Quali strategie avete utilizzato per raggiungere il vostro obiettivo?

VARIAZIONI PER ADATTARE L'ATTIVITÀ ALLE COMPETENZE DEL GRUPPO DI PARTECIPANTI

- Puoi chiedere a un volontario di sedersi sulla sedia, oppure fare la conta e invitare l'ultima persona rimasta ad occupare la sedia, mentre gli altri dovranno seguire l'ordine assegnato-
- Le e i partecipanti sono invitati ad aggiungere suoni (ma non parole) mentre si accordano.
- Se la persona seduta non viene sostituita da nessuno, svolgi l'esercizio più di una volta per permettere a tutte e tutti di calarsi in entrambi i ruoli.



This project has been funded with support from the European Commission.

This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

VOICE – Voice and Body of Adult Educators
Project n°: 2020-1-FR01-KA227-ADU-095264