

TALLER

“PREVENCIÓ DE LA VIOLÈNCIA DES DEL PENSAMENT APRECIATIU”

Professorat: Sònia Miguel i Jordi Grané

Mitjançant la combinació d'exercicis i aportacions teòriques, el taller vol ser una introducció al pensament apreciatiu com a eina preventiva vers la violència.

El pensament apreciatiu és un nou paradigma que ens condueix a modificar la nostra mirada sobre els éssers humans i sobre la vida. Ens permet revisar les accions socials, educatives i de salut. Enlloc de veure els problemes, les fallades, les mancances, les debilitats, les limitacions... de les persones, el pensament apreciatiu ens dirigeix cap a les seves forteses, els seus recursos, les seves potencialitats, les seves oportunitats... Si vas per la vida veien les persones com a problemes, trobaràs persones problemes perquè allò que focalitzem esdevé realitat.

Aportacions teòriques:

Els 3 components de la intel·ligència apreciativa:

- El poder de reemmarcar una situació donada
- Apreciar allò positiu
- Veure com es pot desencadenar el futur des del present

Les 4 qualitats de la intel·ligència apreciativa

- Persistència
- Convicció sobre la importància de les pròpies accions
- Tolerància a la incertesa
- Irrefrenable resiliència

Les 4 eines per a ser apreciatiu

- Canviar les teves històries
- Canviar les teves reflexions
- Canviar les teves preguntes
- Buscar idees diverses

Exercicis apreciatius

- 1.- Entrevistes apreciatives: canviar la percepció sobre una situació de crisi
- 2.- Reflexionar sobre algú proper violent
- 3.- La bola ràpida: la capacitat de reemmarcar situacions