

## **PSICOLOGIA DE 2N DE BATX (MATÈRIA OPTATIVA)**

No hi haurà exàmens, llibre de text, ni quasi mai feina per a casa.

### **Activitats prototípiques:**

- Totes molt dinàmiques i lligades a la vida quotidiana.
- Moltes en equip però algunes individuals per fer tasca reflexiva, introspectiva, de personalitat.
- Moltes orals i algunes escrites.

### **“Temari”:**

- Dinàmiques d'autoconeixement i de cohesió de grup.
- Treballar la resiliència i superació a partir de casos concrets.
- Definició d'ú mateix amb qualitats psicològiques i mímica.
- Reflexió sobre la mort i sobre la importància dels records que guardem de la infància.
- Aprendre a relativitzar i treballar el control emocional davant situacions adverses quan ets tu l'afectat i quan ho és algú altre del teu entorn proper.
- Quants jo's engloba la teua persona? Cooperen entre ells? Estan en tensió? Com són?
- Improvisacions teatrals i altres escenes amb una xicoteta preparació prèvia per escenificar situacions concretes que calen tractar-se des de la psicologia.
- Trastorns psíquics. Formes de pal·liar-los (tècniques, recursos o estratègies específiques).
- Reflexió al voltant de conceptes com la culpa, el lideratge, els estereotips i la salut mental en una era mediatizada i d'interrconnexió continuada. Com afecta tot açò a la identitat.
- Com serà un dia qualsevol de la teua vida als 40 anys?
- Dossier grupal de reflexions relacionades amb la psicologia a partir de xicotets aforismes o contes (p.ex. De Jorge Bucay), imatges...
- Fer un “quadernet” de pensaments.
- Fílies i fòbies.
- Esriptura col·lectiva a partir d'aforismes existencials individuals.
- Quin és el personatge de ficció amb qui més t'identifiques?
- Elaborar un test psicològic i resoldre'n dels companys.
- Fer una entrevista a una persona gran, de qui tenim sempre molt que aprendre.
- Encontres hipotètics d'ací a 20 anys. Com et comportaries? Com tractaries? Què contaries?
- Tallers de risoteràpia quan s'acosten els finals...
- Descriure'ns amb una sola paraula. Hem aconseguit (auto)conèixer-nos després de tants mesos junts?