

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

**PAPEL**

[Inspirada en hechos reales]

Autor y Director  
**Jose Padilla**

Reparto  
**Ana Vayón**  
**Daniel Jumillas / Juan Blanco**

Diseño sonido **Sandra Vicente** Diseño iluminación **Juanjo Llorens**  
Fotógrafo **Mateo Liebana** Video **Eduardo García** Equipo técnico **La Cía de la luz**  
Ventrículo|Veloz **Cristóbal Suárez y Verónica Pérez**

Síguenos en



@ventriculoveloz  
www.ventriculoveloz.com



Trilogía Veloz

Espectáculo recomendado por



**Comunidad de Madrid**  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN,  
JUVENTUD Y DEPORTE

# ***ÍNDICE***

ANTES DE 'PAPEL'. ANÁLISIS DE TEXTO.....	3
DESPUES DE 'PAPEL' AUTOESTIMA.....	4
COMUNICACIÓN .....	6
GESTIÓN DE EMOCIONES .....	7
TRABAJO EN EQUIPO.....	8
CONTACTO.....	9

# ANTES DE 'PAPEL'

---

Esta actividad se puede realizar antes de ver la representación de 'PAPEL'.

Hemos escogido un fragmento de la obra relacionado con el Quijote y las citas que ha escogido Jose Padilla, para que puedan analizarlo y sacar sus conclusiones relacionadas con el acoso.

## FRAGMENTO

No te ciegue la pasión propia en la causa ajena, que los yerros que en ella hicieres, las más veces, serán sin remedio; y si le tuvieren, será a costa de tu crédito, y aun de tu hacienda. Al que has de castigar con obras no trates mal con palabras, pues le basta al desdichado la pena del suplicio, sin la añadidura de las malas razones. Al culpado que cayere debajo de tu jurisdicción considérale hombre miserable, sujeto a las condiciones de la depravada naturaleza nuestra, y en todo cuanto fuere de tu parte, sin hacer agravio a la contraria, muéstratele piadoso y clemente.

## CITAS

Ése es el último papel que escribió el desdichado; y, porque veáis, señor,  
en el término que le tenían sus desventuras, leelde de modo que seáis oído.

Miguel de Cervantes; *Don Quijote de La Mancha*

El humor en Internet es estúpido y aleatorio.  
Rubén Doblas Gundersen, ElRubius

Y entonces, el mundo explotó.  
Stephen King; *Carrie*

# DESPUÉS DE 'PAPEL'

## AUTOESTIMA:

La autoestima es la valoración, generalmente positiva, de uno mismo. En un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que forman la personalidad. Dicho sentimiento puede cambiar con el tiempo: a partir de los cinco o seis años de edad, un niño comienza a formar el concepto sobre cómo es visto por el resto de la gente.

Es saber QUERERSE lo que significa conocerse, ser consciente de uno mismo, valorarse y aceptarse. La autoestima se trabaja y se mejora con el trabajo continuo de uno mismo.

## DINÁMICA: EL ESPEJO

### OBJETIVO:

Aceptarnos y valorarnos como somos, con nuestras potencialidades y limitaciones. Sentirnos seguros y con confianza en nosotros mismos y nuestras capacidades. Con esta actividad podremos conocer cuál es la imagen que tiene cada uno sobre él mismo, cómo se percibe, qué impresión cree que causa, etc....

### DESARROLLO:

El profesor tiene un espejo y otro objeto (ej. Un móvil) dentro de una caja, y lo pone de manera que nadie pueda ver lo que hay en su interior.

Se pone en fila a los alumnos sin que sepan lo que van a ver. Una vez que están en silencio se les dice que van a ver algo muy importante para ti y que esperas que sea igual de alucinante e interesante para ellos.

Una vez vistas las dos cosas no pueden decir que han visto y si les ha gustado o no. Así pasará toda la fila uno por uno.

A continuación tendrán que reflexionar sobre las siguientes preguntas:

¿Era lo que os esperabais?, ¿que habéis visto realmente, os ha gustado? Por qué? ¿Cuál de las dos cosas os parece más importante para la vida? Aquí se aprecia la importancia que se dan ellos a sí mismos.

Para aprender a querernos lo primero de todo es conocernos y ser conscientes de nuestro SER, de nuestro YO. ¡Escúchate! ¿Cómo querernos?, unas cuantas pautas pueden ayudarte a quererte. Confiar en ti es necesario, mira tú pasado y reafírmate en tus éxitos, en tus logros, ellos te ayudarán a darte cuenta de qué sí puedes con muchos objetivos que te propongas, lo importante es saber si realmente quieres conseguir esas metas. Aprende a valorarte y aceptarte tal y como eres, pudiendo cambiar esas cualidades tuyas que no te gustan o te limitan, pero cualidades reales sobre tu personalidad.

¿Sabemos querer?, ¿Me permito quererme? ¿Cómo me quiero?, responde a estas preguntas que parecen sencillas, piénsalo de forma consciente, tranquilamente.

Entre otras muchas pautas es necesario...

- ESCUCHÁTE
- MIMATE
- DATE OPORTUNIDADES
- PERDÓNATE
- RIÑETE
- DEDICATE TIEMPO
- ENFÁDATE, SONRÍE, LLORA, ABRÁZATE, DATE LAS GRACIAS...

**COMUNICACIÓN:**

La comunicación es un fenómeno inherente a la relación que los seres vivos mantienen cuando se encuentran en grupo. A través de la comunicación, las personas o animales obtienen información respecto a su entorno y pueden compartirla con el resto.

El proceso comunicativo implica la emisión de señales (sonidos, gestos, señas, etc.) con la intención de dar a conocer un mensaje. Para que la comunicación sea exitosa, el receptor debe contar con las habilidades que le permitan decodificar el mensaje e interpretarlo.

**DINÁMICA: TALLER DE COMUNICACIÓN GRUPAL****OBJETIVO:**

Analizar la comunicación en grupo. Dentro de cada grupo hay formas de rechazo o aceptación.

**DESARROLLO:**

Los alumnos tendrán que responder a estas preguntas de forma individual, sin poner su nombre.

- ¿Por qué hacemos las cosas?
- ¿Qué papel jugamos frente al acoso?
- ¿Me dejo llevar por lo que hacen otros aunque sea consciente de que estoy haciendo daño a otros?
- ¿He visto a mí alrededor a compañeros míos que han estado o están sufriendo?
- ¿Cuál está siendo mi actitud ante ello?
- ¿Te has sentido alguna vez como alguno de los personajes de la obra?  
¿Cuál?
- ¿Qué crees que mueve a un adolescente a tratar mal a otro compañero?
- ¿Qué sentimientos e identificado en mí a lo largo de la obra?
- Después de ver PAPEL ha cambiado en mí...
- Me atrevo a decir que a partir de ahora voy a...
- Me gustaría que...

Se entregan al profesor y cada alumno cogerá una diferente a la suya y lo leerá en voz alta y compartirán sensaciones.

**GESTIÓN DE EMOCIONES:**

Ser el arquitecto de nuestras emociones significa crearlas y gestionarlas adecuadamente, construyendo pensamientos óptimos con el fin de que nuestros actos sean los adecuados.

Para ello el alumno aprenderá a identificarlas y manejarlas, creando habilidades y siendo consciente de que todas ellas son positivas. Todas tienen una función importante. Las sentimos por ese motivo son necesarias. Lo verdaderamente imprescindible es dirigir las de forma adecuada para que no seamos simples títeres, sino dueños de nuestros pensamientos y emociones y por tanto de nuestros actos. De esta forma seremos más felices.

**DINÁMICA: SENTIMIENTOS****OBJETIVO:**

Identificar las emociones.

**DESARROLLO:**

Se forman 5 grupos, los cuales dividiremos en:

- Alegría
- Miedo
- Tristeza
- Amor
- Enfado

Cada miembro del grupo escribirá en un papel una palabra que le sugiera el sentimiento que le ha tocado a su grupo.

A continuación tendrán que reflexionar sobre las siguientes preguntas:

¿Qué significa esta emoción para cada grupo?

¿Para qué sirve?

¿Cómo lo podrías gestionar?

¿Cómo entran y salen de esa emoción?

¿Hacia quién o qué sueles sentir esa emoción?

¿Cuánto te suele durar la emoción?

**NOTA:** Esta dinámica estará ligada con la de *trabajo en equipo*, con la que haremos un mural.

**TRABAJO EN EQUIPO:**

El trabajo en equipo dentro de la clase, hace que el alumno construya sus propios conocimientos, aprenda valores para la convivencia, habilidades para solucionar conflictos, además de conocer mejor a los demás, aprendiendo a no juzgarlos. Si los grupos son heterogéneos, se fomenta también la inclusión entre alumnos diferentes.

Sin embargo, el trabajo en equipo no solo es positivo entre alumnos dentro o fuera de la clase; se ha demostrado también que la participación grupal de las familias dentro de la escuela, aumenta la comunicación entre la Comunidad Educativa, estrechando relaciones interpersonales, lo que hace disminuir a su vez la violencia, tanto en la escuela como en el hogar.

Es también importante contra la violencia, poner en práctica diferentes programas normativos entre toda la Comunidad Educativa, creando límites disciplinarios no impuestos, sino consensuados.

**DINÁMICA: MURAL DE OCURRENCIAS****OBJETIVO**

Trabajo en grupo

**DESARROLLO**

Se trata de crear un mural de ideas en torno al ACOSO ESCOLAR y lo que les ha sugerido PAPEL.

No queremos dogmatizar, por lo que queremos que cada uno se exprese en libertad.

Todo vale: dibujos, recortes, fotos, chistes, alusiones irónicas, notas marginales, halagos, informaciones interesantes.



*“Defender los derechos de los demás también es defender tus derechos y trabajar para mejorar la convivencia.”*

La propuesta de actividades ha sido elaborada por **Cuque González Arenas**, con la finalidad de que los alumnos trabajen con sus tutores o profesores en las aulas éstas dinámicas y aprendan a convivir en grupo y trabajar un poco la autoestima.

**VentrículoVeloz**  
producciones

Verónica Pérez  
Productora ejecutiva  
Tlf: 646 74 23 07  
Mail: veronica@ventriculoveloz.com

Síguenos en redes:

Facebook: [/ventriculoveloz](https://www.facebook.com/ventriculoveloz)

Twitter: [@ventriculoveloz](https://twitter.com/ventriculoveloz)

Instagram: [@ventriculoveloz](https://www.instagram.com/ventriculoveloz)