



Y TÚ, ¿QUÉ?

Traspasa tus límites

Nuestra vida, siendo quizá un poco simplistas, está dividida en dos grandes compartimentos: actividades relacionadas con el cumplimiento de tareas/trabajo/responsabilidades, y actividades que tienen más que ver con lo que hacemos justamente fuera de ese tiempo de obligación.

Piensa en ello...

¿Cuáles son tus actividades obligadas?

¿En qué tiempo de la semana las desarrollas?

¿Qué haces cuando estás fuera de esas actividades? ¿Cuáles son, pues, tus actividades de tiempo libre?

De 0-10, ¿cuánto dirías que las disfrutas? ¿Por qué?

¿Con quién sueles realizar esas actividades?

En realidad, nuestro tiempo libre puede ser aquello que queramos que sea. Con una dosis de creatividad podemos construir un ocio trascendiendo los límites de lo común, de lo que todo el mundo hace. Tal y como se plasma en los vídeos seleccionados.

Y es que, ¿quién puede ponerle barreras a la imaginación? Y lo que es más importante, ¿por qué renunciar a ella?

¿Qué podemos trabajar con este audiovisual?

A continuación se presenta una actividad para realizar en grupo a partir de los vídeos planteados:

En un primer momento se propone realizar un ejercicio de reflexión personal. Individualmente deberán identificar:

- Qué hacen en su tiempo libre (3 actividades principales)
- Qué les gustaría hacer y no hacen (3 cosas también)
- Por qué no las hacen

Después de 10 minutos se hará una puesta en común para valorar de qué depende la realización de algunas actividades (de falta de imaginación, de falta de medios, o de falta de apoyos por parte de las personas que les rodean).

Esto es especialmente importante porque en estas edades en que el grupo es fundamental y su beneplácito también, muchos y muchas jóvenes ven su ocio seriamente limitado y comprometido porque las opciones “válidas” por parte del grupo son pocas o no especialmente beneficiosas.



Y TÚ, ¿QUÉ?

Dicho de otra forma, a veces pareciera que sólo una o dos actividades son consideradas “guay”, según las modas, y el resto, son considerados planes “friki” (y por extensión, quienes lo hacen son llamados también “frikis”.) El resultado: todos y todas hacemos lo mismo en demasiadas ocasiones y la imaginación o la creatividad están clara y tristemente censuradas.

Una vez finalizada la puesta en común, se planteará una actividad que consistirá en imaginar que el grupo forma un jurado de algún concurso de talentos. Para poder representarlo de mejor manera, se les dará a cada participante 3 tarjetas de papel en blanco, en las que deberán puntuar (de 0-10), según se vayan viendo los vídeos elegidos, cada una de las actuaciones (el cuarteto vocal que hace música con los vasos, el quinteto que canta a capella, y la lucha de baile en la calle).

Una vez recogidas las puntuaciones para cada vídeo se hará una media para asignar una puntuación final. A continuación se iniciará un debate grupal apoyado en las siguientes cuestiones:

¿Cuál es vuestra primera impresión a raíz de los resultados obtenidos?

¿Qué os parece la manera que tienen estos chicos y estas chicas de emplear su tiempo libre?

¿Cuánto tiempo pensáis que habrán dedicado para conseguir este resultado?

¿Creéis que merece la pena?

¿Pensáis que sus personas cercanas habrán entendido siempre el tipo de ocio que prefieren tener? (¿O pudiera ser que, quizá, antes de ver el resultado, muchos les hayan tachado de frikis?)

Si esto ha sido así, ¿pensáis que les ha importado?

¿Os importaría a vosotros y a vosotras?

¿Qué es lo que ha hecho posible que hayan seguido adelante a pesar de las posibles opiniones de la gente?

Por último, se les entrega una última tarjeta para que apunten algo que les gustaría hacer en su tiempo libre y que normalmente no hacen. Después de 5 minutos se pone en común lo escrito individualmente con el fin de encontrar semejanzas en los gustos por parte del resto de compañeros y compañeras.

Si no ha habido afinidades entre personas o muy pocas, instarles a considerar cómo podrían llevar a cabo sus propuestas permitiendo sugerencias realizadas por el resto del grupo.

Las conclusiones de la actividad deben dirigirse, finalmente, a la importancia que tiene ser capaces de considerar ocio alternativo al que todo el mundo hace, más aún cuando en estas edades una parte del ocio compartido puede ser dudoso en cuanto a sus beneficios para la salud (p.e.



Y TÚ, ¿QUÉ?

botellón, actividades de riesgo, etc...) Por el contrario, hay muy variadas y buenas maneras de pasar el tiempo libre sin que éste tenga que estar asociado a lo que hace todo el mundo.