

UN PROJECTE D'APLAER

# Realitat © Ficció

PROPOSTA D'ACTIVITAT  
PER DINAMITZAR A L'AULA



Aquesta **dinàmica** està pensada per ser aplicada amb la mateixa metodologia independentment del vídeo amb el que es treballi, només en canvia el contingut. Està pensada per una durada d'entre 30min i 1h.

El funcionament és el següent:

>> **Tria un dels vídeos** a treballar segons la temàtica que t'interessi. A l'**annex** els trobaràs, juntament amb la seva descripció, per tal que puguis acotar la tria segons el tema-paraigües.

>> **Mira el vídeo prèviament i recull què és el més important per tu.** Posiciona't i fes anotacions del que vols portar a classe. Cada vídeo parla de molts temes, sota una mateixa situació principal, destria el que creguis que pot ser útil pel grup.

>> **Imprimeix i retalla les preguntes-guia** que porta associades (les trobaràs adjuntes a l'annex, al final d'aquest document). Cada vídeo té 12 preguntes-guia .

>> **Reparteix cada pregunta** de forma individual, per parelles, trios... entre el grup de la classe, com et sembli millor per treballar.

>> **Reprodueix el vídeo** al grup. El trobaràs a Youtube, en obert, al següent link:

<https://www.youtube.com/@APLAERSCCL>

>> Cada subgrup ha de procurar **trobar la resposta** a la pregunta mentre el vídeo transcorre

>> Fes una **posada en comú** de les diferents preguntes i respostes i demana al grup que n'extregui conclusions, expressi com s'ha sentit, com l'ha interpellat la pregunta, etc. Porta el que és important per tu, afina amb les teves anotacions.

>> **Explora les següents preguntes amb el gran grup**, pots demanar que cadascú es prengui temps per fer-ne anotacions:

>> Quina és la part útil del que ens explica la persona del vídeo?

>> Com podem traslladar el que defensa al nostre dia a dia, tant de forma individual com col·lectiva al centre ? Quines accions ens poden donar suport com a grup?

>> Si ho creus pertinent, pots proposar de fer una petita pràctica grupal per exercitar aquestes accions que s'han descrit, o trobar la manera que consideris més adient per tal de sortir del discurs i passar a l'acció!

A nivell **metodològic** és important abstenir-se de judicis, incorporar una **mirada de procés** al conjunt de les accions i sentir curiositat pel que vulguin compartir. Pot ser interessant, a l'inici, emmarcar la sessió donant la benvinguda a totes les formes de ser, estar i participar, donant la **benvinguda a la diversitat** (anomenar que és present) i sobretot, donant la **benvinguda a l'error!** L'error és el gran fantasma que ens persegueix i ens limita, una bona relació amb l'error garanteix que **si algú s'equivoca, tot el grup aprèn**. Alhora, no és possible equivocar-se en la vivència de la sexualitat! Benvingut error!

En una altra banda, serà important **llegir el feedback** que ens retornarà després de les propostes i reflexions que fem, anomenar el que ens suggereixen les seves reaccions ajuda a alleugerir l'ambient. Per exemple: "He notat que quan hem expressat aquesta idea has posat una cara estranya, tinc curiositat per saber què t'ha sobtat, et ve de gust compartir-ho?" Cal **evitar les suposicions** amb escriure, per això podem **anomenar i preguntar** allò que ens crida l'atenció, ja que forma part del taller i segur que pot aportar alguna cosa interessant al grup.

És important també respectar els diferents nivells d'implicació, el nostre paper és més d'animar i dinamitzar, contagiar curiositat pel tema que no pas dirigir o guiar. **Convidar a fer-se preguntes**. Busquem una actitud de cultiu de la pròpia sexualitat. Per això cal anar en la línia de **compartir i entendre** la sexualitat des d'una mirada àmplia, per tant, cal defugir de dinàmiques que portin al debat, ja que volem que el grup s'obri i no que es polaritzi ni es tanqui en banda. Una de les idees força és: **cada persona viu la sexualitat a la seva manera**. Per això facilitem des de (i per) aquesta actitud de cultiu.

[VOL. 1. DÈLIA BRUFAU]

**Com es viu l'exposició del propi cos davant la càmera?  
Quins límits tenim, i com els comuniquem?**

La Dèlia Brufau, que reflexiona sobre la importància de posar límits, parlar clar sobre crear espais segurs quan es treballa amb escenes íntimes. En aquesta entrevista parlem de cossos, seguretat, plaer i comunicació, des d'una mirada personal i professional.

Ha après del tot  
a posar límits, la Dèlia?

Quines seqüències  
fan sentir incòmode a la Dèlia?

Què és el que ha ajudat a la Dèlia  
a poder posar límits a la seva feina?

Per quins motius li van saltar  
les alarmes en un dels exemples  
que explica?

Com va poder posar el límit  
la Dèlia amb relació a l'escena  
de la dutxa?

Què la fa sentir vulnerable?

**[VOL. 1. DÈLIA BRUFAU]**

Quin pensament li venia al cap abans  
d'entendre els seus límits?

Amb quina bona experiència  
laboral es va trobar?

Com viu la pressió estètica la Dèlia?

Quina diferència troba la Dèlia  
entre la seva exposició física a la platja  
i en un rodatge?

Què ha descobert  
que és important en un rodatge?

De quin “sistema” ens parla?

[VOL. 2. NIL CARDONER]

**Com viuen els actors la nuesa a càmera?**

**Quin impacte té la pressió estètica en la intimitat i en la manera com mostrem el cos?**

El Nil Cardoner comparteix una vivència personal que ens convida a reflexionar sobre el dret a decidir com ens mostrem i com podem cuidar la circulació de les imatges íntimes. Una conversa valenta sobre cossos, autoestima, límits i responsabilitat col·lectiva.

Què va sentir el Nil en un primer moment a l'hora de fer aquesta escena?

De què es va adonar després de reflexionar sobre l'escena que havia de fer?

Què proposa el Nil que ens preguntem respecte a les escenes que veiem?

Què li va arribar al Nil després del rodatge?

Què va demanar després de comunicar el succés?

Quines preocupacions tenia tot i estar còmode durant l'escena?

[VOL. 2. NIL CARDONER]

Es poden posar condicions  
com a actor o actriu? Tan abans  
com després del rodatge?

En quins casos es poden posar  
condicions quan ets actor o actriu?  
Posa un exemple dels que explica.

Què comenta el Nil que s'està  
normalitzant tant a les sèries,  
pel·lícules, com a Tiktok?

Com es pot retallar una escena  
que s'ha d'eliminar?

Quin objectiu amaga el fet que  
cada cop es mostrin més escenes  
de persones despullades?

Quan el Nil ens parla de les seves  
preocupacions envers fer l'escena,  
de quin altre fet ens parla que també  
acostuma a ser freqüent?

[VOL. 3. MARC BALAGUER]

**Què passa quan el contacte físic entre homes trenca amb el que ens han ensenyat sobre la masculinitat? Com afecta treballar amb una amistat?**

El Marc Balaguer ens parla d'una escena que implicava un primer petó i ens convida a reflexionar sobre com la masculinitat es construeix i com pot limitar l'expressió emocional i afectiva entre homes. Una conversa honesta sobre gènere, vulnerabilitat, rols socials i amistat.

De què anava la obra  
que va representar?

Quina relació buscava el director  
que hi hagués prèviament entre  
els actors?

De què es van adonar tots dos actors?  
Què va suposar això?

Per què hi havia pudor?

Com estaven el Marc i el seu  
company durant el primer dia d'assaig  
del petó?

Els va ser fàcil fer-se un petó?

[VOL. 3. MARC BALAGUER]

Quin era el conflicte de la obra?

Què deien per fer promoció de l'obra?  
Què els demanava la gent?

Fer-se petons va suposar alguna  
cosa en la seva relació d'amistat?

Què li va semblar curiós al Marc?

Quin recurs es va utilitzar a l'obra  
per la necessitat de mostrar els  
sentiments? Què suposa això a l'obra,  
quines dificultats es presenten?

Quina diferència hi hagués hagut  
si l'altre actor no hagués sigut  
el seu amic?

[VOL. 4. PAULA JORNET]

**Es pot fingir plaer sense haver-lo viscut? On és la frontera entre actuar, imitar i performar? I per què la sexualitat és adultcentrista?**

La Paula Jornet ens convida a qüestionar la representació del plaer sexual des del pensament crític. Parlem de imitació, veritat i de com la sexualitat que es mostra sovint no té res a veure amb l'experiència adolescent. Una reflexió valenta també sobre les escoles de teatre.

Amb què vincula la Paula la sexualitat i la interpretació?

De què s'ha adonat ara, després de 15 anys?

Què li sortia fer a la Paula quan havia de representar el plaer?  
Per què?

Com ha traslladat el fingir a la seva vida? Per què?  
Què ha hagut de fer?

Què comenta la Paula que passava a les escoles? Per quins motius?

Tenia sentit per la Paula adolescent representar a una persona gran? Per què?

[VOL. 4. PAULA JORNET]

Què comenta la Paula que s'hauria de tenir en compte davant la proposta de representar personatges que sobrepassen l'edat dels actors o actrius?

La Paula ens parla d'una representació concreta que va fer d'adolescent, per ella tenia sentit fer-la? Per què?

Què van suposar per la Paula els exercicis teatrals? Perquè es feien servir?

La Paula fa servir la paraula "adultcentrista". Què diu que significa?

Què es proposa ella quan torni a haver de fer escenes vinculades amb la sexualitat?

Què pot afavorir que pugui representar el plaer davant de càmera?

[VOL. 5. JOANA VILAPUIG]

**Has sentit mai incomoditat en veure una escena sexual? Podem desafiar les expectatives que hem après sobre com “ha de ser” una escena íntima?**

La Joana Vilapuig parla des de l'experiència per qüestionar els guions apresos sobre el sexe. Ens convida a revisar el pes de la norma heterosexual, la importància de la comunicació no verbal i les estratègies per sortir del rol i habitar el desig amb més llibertat i autenticitat.

Què tenia ganes de mostrar  
amb la sèrie la Joana ? Per què?

Quines conclusions van extreure  
parlant amb les seves amigues sobre  
el sexe?

Què buscava transmetre  
quan va escriure l'escena?

Què acostuma a passar  
amb el cos de la dona en la ficció?  
Què van decidir fer arrel d'això?

Quina figura professional  
van utilitzar per fer l'escena?

Per què la Joana  
fa l'escena amb roba?

[VOL. 5. JOANA VILAPUIG]

Què destaca la Joana que és important en una relació sexual?

Com diu la Joana que normalment s'ensenya el sexe a les sèries, i a la ficció en general?

Com es sent el personatge de la Joana davant del reclam del noi de l'escena?

Tot i ser una escena molt incòmode, com ho va viure la Joana en realitat? Per què?

Què volien protegir fent l'escena tal i com la van fer?

Què era important de transmetre en aquesta escena? Quina crítica volien fer?

[VOL. 6. AYSHA DARAAUI]

**És fàcil desfer-se dels estereotips de gènere que impregnen el món? Què fem amb les etiquetes que sovint ens encasellen en un rol determinat?**

L'Aysha Daraui ens parla des de la sinceritat i la pròpia experiència. Les seves paraules aporten una revisió de la nostra mirada abordant temes difícils i complexos com són la hipersexualització, la mirada masculina i heterosexual, la cosificació i les narratives.

Per què l'Aysha comenta que no té tabús alhora d'ensenyar el seu cos?

Què vol dir l'Aysha quan diu que "els cossos són cossos"?

Amb quin estereotip diu l'Aysha que l'han encasellat sempre? per què?

Quina part bona va tenir representar el personatge d'una prostituta? Quins van ser els inconvenients?

De qui és la responsabilitat d'acabar amb els estereotips a la ficció?

Què és el que comenta l'Aysha que hi ha darrere dels personatges i que s'hauria de poder explicar?

[VOL. 6. AYSHA DARAAUI]

Per què fa por aixecar la veu?  
Què pot suposar?

Què creu que és important tenir  
en compte per trencar amb  
els estereotips?

Què pensa que hagués passat  
si tots els directors reconeguts haguessin  
sigut dones? Què aportarien?

L'Aysha ens parla d'una actriu  
amb molt de recorregut, què assenyala  
ella que és injust? Per què?

Què ens proposa l'Aysha  
que hauríem de fer tots i totes?

Quina capacitat ens menciona l'Aysha  
que té? Què pot decidir a partir d'això?

[VOL. 7. JÚLIA FRIGOLA]

**Com es construeix la intimitat amb l'altra persona? Quin paper hi juguen la comunicació i l'escolta? I què passa quan deixem d'anar tan fixament a una meta?**

La Júlia Frigola ens parla de la importància de valorar el procés per sobre del resultat, de "ballar amb l'altre" des del present i de construir un comú en les relacions. A través de la seva experiència com a actriu, reflexiona sobre els rols que assumim, davant la càmera i a la vida, i com la comunicació pot ajudar-nos a fer-los nostres.

Què va proposar la Júlia  
per tal de gravar l'escena?

Què va poder parlar  
la Júlia amb l'altre actor?

Què va suposar que l'escena  
que havien de fer fos una coreografia?  
Què buscava trencar?

Amb què relaciona la Júlia  
el fet d'estar nua en una escena  
o al teatre?

Què és el que li genera incomoditat  
a la Júlia quan està gravant escenes  
més íntimes? Què demana davant d'això?

Amb què compara la Júlia  
el fet de tenir sexe?  
Què suposa per ella?

[VOL. 7. JÚLIA FRIGOLA]

De quina falta d'espai ens parla la Júlia?  
A què es deu que no es pugui tenir?

Què va tenir en compte la Júlia  
juntament amb l'altre actor per fer  
l'escena? Amb què creu que  
és més fàcil no caure si es parla?

Què creu la Júlia que s'ha de veure  
més al cine pel que fa a les escenes  
de sexe?

Què ens comenta la Júlia que cal  
saber o descobrir per poder gaudir?

Tot i que es tractés d'una sèrie diària,  
què és el que va fer que la Júlia no ho  
sentís tan ràpid com sempre?

Quin tipus de figura creu la Júlia  
que falta al cine quan es graven  
escenes de sexe? De què  
s'encarregaria aquesta figura?

[VOL. 8. ENZO OLIVER]

**Com vivim les primeres vegades? Quines expectatives generen les escenes de ficció que veiem a sèries i pel·lícules?**

L'Enzo Oliver, ens convida a reflexionar sobre com es construeixen les primeres trobades i com influencien els imaginaris audiovisuals. Parlem de representació, confiança i estratègies per enregistrar escenes íntimes de forma segura i curosa.

Què vol dir l'Enzo quan diu  
que “una ficció és una ficció”?

Com era l'espai en què es  
va donar l'escena de la que ens parla?  
Per quin motiu?

Quina connexió comenta  
que hi havia d'haver entre el seu  
personatge i el de l'altre actor?

Quin tipus d'equip comenta l'Enzo  
que hi havia quan estaven gravant  
l'escena?

L'Enzo va poder parlar abans sobre  
quins eren els seu límits? Es van  
respectar? Com es va fer?

Quins noms utilitza l'Enzo  
per referir-se als espais on es grava  
i on es mira el que es va gravant?

[VOL. 8. ENZO OLIVER]

Com diu l'Enzo que acostumen a ser les primeres vegades?

Què desencadena que els personatges tinguin la seva primera vegada?

En què ajudava que l'escena d'aquesta primera vegada fos bonica?

Quina primera vegada concretament es mostra a l'escena? De quines altres primeres vegades ens parla l'Enzo que es vol allunyar?

Què és el que destaca l'Enzo com a important d'aquesta primera relació sexual? Quina paraula creu que és sinònim de sexe?

Què va agrair l'Enzo pel fet de fer aquesta escena de la manera en que ho van fer?

