



Plan de mediación

ONIRONAUTAS:

DESVELAR EL SECRETO
DE LOS SUEÑOS

HERRAMIENTAS PARA COMPRENDER
LAS ETAPAS DE CAMBIO.

Presentado por:



Índice

Objetivos

Estimular el mundo imaginario

1

Los sueños para conocernos

2

Onironauta

3

Etapas de cambio

4

A quién va dirigido?

5

Metodología

Talleres

6

Cartas de los Sueños + Títeres y Sombras

Grupo de trabajo

7

Contacto

8



Objetivos de la Mediación

Estimular el mundo imaginario interior del niño/a/e

Unas de las grandes capacidades de las criaturas es el mundo interior tan poderoso que tienen. La imaginación (a pesar de que lamentablemente merme en la etapa adulta), es **la base de la creatividad**. Permite a los niños/as/es pensar de manera independiente, generar ideas originales y encontrar soluciones innovadoras a los problemas. Enriquecer la imaginación puede ayudar a las criaturas a tener mayor capacidad para adaptarse a los cambios, hacer frente a la incertidumbre y a los posibles desafíos.

A través del juego y la inventiva, los/as/es niños/as/es comprenden mejor el mundo al experimentar diferentes escenarios y roles. Por ello, consideramos que **los sueños pueden ser una herramienta muy útil** en este sentido. Que el ser humano pueda **enfrentarse a través de situaciones imaginarias a nuevas sensaciones y a emociones** permite crecer y ofrece habilidades para el desarrollo. En el caso de las criaturas que están en una etapa de madurez, **fomentar su imaginación les prepara para ser más creativos e inventivos** en la etapa adulta y adecuarse a las adversidades.

Fomentar el conocimiento y significados de los sueños para conocernos mejor

Los sueños conectan con nuestra parte más inconsciente y nos permiten realizar una introspección hacia nuestras preocupaciones, indagar en nuestras emociones para comprenderlas mejor. **Analizar los sueños** puede ayudarnos a entender cómo nos afectan algunas situaciones en nuestra vida real y nos puede facilitar mejorar nuestra gestión emocional.

Los sueños pueden hacernos vivir algunas situaciones de la vida real que no están resueltas; al desgantar el significado de estos sueños pueden facilitar encontrar soluciones o alternativas para hacer frente a algunos posibles escenarios. **Interpretar su significación permite comprendernos a nosotros mismos profundamente** ya que los sueños ofrecen pistas para desarrollar nuestra personalidad.

Tomando como referente a Carl Jung:

Los sueños son un sistema de compensación del inconsciente que busca equilibrar la psique, revelando mensajes importantes a través de símbolos que se originan tanto en la experiencia personal como en el inconsciente colectivo. **Jung consideraba los sueños herramientas vitales para el crecimiento personal y la autorrealización.**



Introducir el concepto de **onironauta** (alguien que es consciente de estar soñando en el sueño y puede ser capaz de cambiarlo) nos parece una gran oportunidad en el trabajo de mediación. Compartir con criaturas a partir de 7 años la **posibilidad de controlar el mundo onírico** es sin duda enriquecedor y educativo, que ayuda a aumentar su confianza que puede resultar divertido y a la vez, casi mágico.

Es una oportunidad para dar a conocer algo más del funcionamiento del cerebro, introduciendo algunos conceptos básicos sobre la neurociencia y los **diferentes estados de conciencia** de manera lúdica.

Dar a conocer la **tribu de los Senoi** de Malasia puede servir de referencia para las criaturas, ya que en esta cultura se valoran profundamente los sueños y se comparten en comunidad. Animan a contar sus sueños, de manera que ayudan a **compartir sus miedos e inseguridades en un entorno seguro**. En esta tribu, en el caso de tener algún sueño que se base en un conflicto con alguien, los Senoi tratarán siempre de arreglarlo en la vida real. Sin duda esta tribu es un ejemplo a la hora de **resolver** estos **problemas**, enfrentarse a ellos promoviendo la **comunicación y empatía** y a su vez, **valorando la escucha, el respeto y la cooperación**.

Onironauta y la tribu de los Senoi



Ayudar a comprender la etapa de cambio de niños/as/es a partir de 8 años

La transformación y cambio de etapas que viven las criaturas en esta edad resulta algo complicada de comprender. Este momento de desarrollo evolutivo es crucial ya que marca el comienzo de una nueva etapa de construcción de su identidad. Se adentran en la pre-pubertad y puede resultar un periodo confuso, desafiante y difícil de acompañar. Los miedos que afloran en este momento se complejizan y tienen mayor relación con la realidad. Están más presentes los peligros del mundo real, como pueden ser el miedo a perder a un ser querido o a la separación de los padres.

Por ende, es importante reconocer estos cambios, validar estos miedos y comprender que forman parte del desarrollo personal.



¿A quién va dirigido?

Principalmente este proyecto se dirige a **niños/as/es a partir de 7 años**, un público que necesita apoyo para gestionar las emociones y que está comenzando a comprender otras estructuras internas.

A su vez, el público potencial son **escuelas y familias** que estén interesados en este tipo de temáticas ya que será desde ellos/as/es que se potencien, desarrollen y apliquen las herramientas. Por este motivo, creemos que el ámbito educativo junto a la familia deben promover juntos estos valores.

Las actividades pueden ser programadas también desde **centros culturales de instituciones públicas o privadas, con criaturas y con adultos a la vez también.**

Metodologías

Los objetivos previamente mencionados serán trabajados de forma transversal y aquel que estará presente en todas las actividades será la **estimulación del mundo imaginario interior del niño/a/e.**

Todo lo que **se aprende de forma divertida, nunca se olvida. «Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo»** fue recalcada por Benjamin Franklin. Y es que la relación entre cuerpo-memoria y aprendizaje a partir de experiencias conllevan un éxito educativo. Está demostrado que **el aprendizaje basado en lo físico, lo intelectual y lo emocional es mucho más eficaz** que lo puramente mental. Por ello, las actividades que proponemos se basan en la participación, reflexión y emoción.

Taller 1

JUGAR CON LAS CARTAS DE LOS SUEÑOS

Fomentar el conocimiento de los significados de los sueños para conocernos mejor.

Se compartirán una serie de cartas con dibujos ilustrados creados expresamente para este trabajo de mediación. Mediante este juego lúdico se podrán introducir conceptos que los niños podrían reconocer en sus sueños. Para ello, se contará con el trabajo previo de una especialista en sueños infantiles que habrá definido los sueños que pueden ser comunes en esta etapa. Posteriormente, una **ilustradora diseñará estas cartas donde se podrán leer en el dorso una explicación de cada significado del dibujo atribuido a cada concepto.**

Mediante este juego participativo, además de dar a conocer estas nuevas significaciones **se ayudará a comprender la etapa de cambio de niños/as/es a partir de 7-8 años** introduciendo lúdicamente dinámicas que puedan hacer comprender esta etapa. Después, se proporcionará a cada asistente una carta en blanco con la misma forma que las anteriormente vistas, y cada uno/a tendrá que **dibujar un sueño donde haya podido identificar un miedo personal y describirlo en el reverso de la carta.**

Taller 2

TALLER DE TÍTERES Y SOMBRAS

“Hacer visible lo invisible” puede resumir este taller. Las sombras reflejan aquello que ocultamos, damos luz a aquello que en principio no vemos y es por ello que buscaremos **sacar a la luz aquellos miedos que ocultamos.** Se llevará a cabo una explicación básica de la técnica de sombras y se representará una pequeña **escenificación que explique la tribu Senoi y el poder del onironauta.** Esta representación basada en las **sombras** y la **narración** hará **cómplices a los participantes que irán formando parte de ella** introduciendo elementos necesarios para ser escenificada.

En base a estos conceptos, a continuación, se repartirán unos personajes y **seres de papel** previamente diseñados y preparados para ser recortados y pegados para jugar con las sombras en el mundo de los sueños. La pantalla donde se llevarán a cabo estas sombras, se situará sobre una **cabeza gigante de cartón, emulando que esas sombras salen de nuestro interior, de nuestra parte oculta.**

GRUPO DE TRABAJO EN LA MEDIACION



Creemos que es muy enriquecedor para el elenco que forma parte del espectáculo pueda compartir todos los estímulos que provocan estas actividades. Al estar trabajando para el público objetivo de esta edad, poder nutrirse de un espacio para escuchar, sentir y recibir tanta información valiosa de los/as participantes, resulta muy positivo para el trabajo de todo el equipo. De esta forma, los componentes de la obra, pueden alimentarse de forma inmersiva de las experiencias de niños/as de esta edad de forma directa.

Tras recibir una pequeña formación sobre los sueños y cambios de etapa de criaturas de esta edad con expertas en estos ámbitos, Estitxu Zaldua la directora, y los actores Juanjo Herrero y/o Aitziber Ruiz y/ o Leire Orbe, serían las personas responsables de este trabajo de mediación. Todas ellas cuentan con la sensibilidad y conocimientos necesarios, ya que han trabajado con niños/as impartiendo clases tanto de teatro como de danza, movimiento y títeres. Su experiencia en el ámbito teatral y la combinación de generaciones de los componentes hacen de ellos un equipo atractivo y mixto en perfiles capacitados para liderar las actividades planteadas.



Contacto



rubik.cia@gmail.com

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

www.rubiktheater.com

+34 605 716 215
+34 652 268 744