



Co-funded by
the Rights, Equality and Citizenship Programme of
the European Union

 **fermata d'autobus**



NUOVO
COMITATO IL NOBEL
PER I DISABILI
ONLUS



NUOVI LINGUAGGI
TEATRO CINEMA FORMAZIONE

Rights, Equality and Citizenship Programme – Project N.881583

DEEP ACTS
Developing Emotional Education Pathways and
Art Centered Therapy Services against gender violence

Deliverable D2.7

CURRÍCULO PARA O WORKSHOP DE
EDUCAÇÃO EMOCIONAL E BIODANZA
Atividades para a estruturação de um laboratório de
Educação Emocional e Biodanza

A cura di:

Irene Rodríguez García, María del Mar García Candau, Lilian de Martino (coordinatore).

Gruppo di lavoro:

Irene Rodríguez García, María del Mar García Candau, Lilian de Martino, Tommaso Calore, Vera Alexandra Gomes Pereira, Raffaella Carola Lorio, Simona Olivieri, Aniello Pedone, Giovanna Urgo.

Mairena del Aljarafe (E), 25 de novembro de 2021

*This publication was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014-2020).
The content of this publication, represents the views of the authors only and is their sole responsibility.
The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*

RESUMO

INTRODUÇÃO	11
.....	1
1 – 2PROGRAMA PARA O WORKSHOP DE EDUCAÇÃO EMOCIONAL E BIODANZA	
.....	22
.....	2
Primeiro dia	22
.....	2
Segundo dia	22
.....	2
Terceiro dia	22
.....	2
2 - DESCRIÇÃO DO WORKSHOP	33
.....	3
Primeiro dia	33 3
Segundo dia	44 4
Terceiro dia.....	66 6

INTRODUÇÃO

O Pacote de Trabalho 3 "Serviços Focados na Educação Emocional" do projeto DEEP ACTS tem entre os seus objetivos, sistematizar e divulgar ferramentas e métodos específicos para intervenções terapêuticas dirigidas às vítimas de violência, baseadas na Educação Emocional e Na biodanza.

Este documento visa desenvolver um Currículo que possa ser um guia para a realização de workshops informativos e experienciais da metodologia proposta destinada a profissionais do setor.

O termo Currículo implica uma lista de atividades realizadas para estruturar, organizar e planejar a intervenção formativa, incluindo a definição de objetivos de aprendizagem, conteúdos, métodos e materiais didáticos, incluindo orientações para a formação de professores e formadores (Cedefop, Terminologia da Política Europeia de Educação e Formação, Luxemburgo, Gabinete de Publicações da União Europeia, 2014).

A estrutura deste documento destina-se a responder às indicações fornecidas pelo Cedefop (Centro Europeu para o Desenvolvimento da Formação Profissional), que é o centro de referência da União Europeia para o ensino e formação profissional. A Cedefop fornece informação e análise sobre sistemas, políticas, investigação e práticas relacionadas com o ensino e formação profissionais.

As entidades que desejem fazer uso da nossa proposta poderão, assim, compreendê-la mais profundamente, de forma a adaptá-la melhor ao contexto e propósitos específicos.

1 – PROGRAMA PARA O WORKSHOP DE EDUCAÇÃO EMOCIONAL E BIODANZA

Este documento visa estruturar um programa para um *workshop* através do qual a divulgação e disponibilização ao público, para reiteração da experiência formativa, um modelo de Educação Emocional e Biodanza como ferramentas de intervenção no tratamento das vítimas de violência.

Abaixo propomos um esboço desta reunião:

Primeiro dia

- 09:00-11:00 Educação Emocional como metodologia de intervenção terapêutica: bases teóricas.
- 11.00-13.00 Biodanza como metodologia de intervenção terapêutica: bases teóricas.
- 14.00-17.00 Encontro com as mulheres que participam no curso piloto.
- 17.00-18.00 Discussão da experiência partilhada.

Segundo dia

- 09:00-11:00 Currículo e orientações para o *workshop* de Educação Emocional e Biodanza.
- 11.00-13.00 Observações e relatório do curso piloto.
- 14.00-17.00 Laboratório Experiencial de Educação Emocional.
- 17.00-18.00 Discussão da experiência partilhada.

Terceiro dia

- 09:00-11:00 Discussão de elementos emergentes durante a apresentação teórica e experiência prática do *workshop*.
- 11.00-13.00 Mesa redonda: partilha da metodologia e ferramentas utilizadas pelas diferentes associações no que diz respeito à intervenção terapêutica com as mulheres.

2 – DESCRIÇÃO DO WORKSHOP

Primeiro dia

(09:00-11:00)-Educação Emocional como metodologia de intervenção terapêutica: base teórica

O *workshop* abre com uma exposição da base teórica da Educação Emocional ou Psicopedagógica, com o objetivo de compreender a finalidade desta abordagem na intervenção terapêutica com as mulheres.

Após uma breve introdução sobre a experiência do RUMBOS no campo emocional, ilustraremos o termo Educação Emocional.

- O que são emoções;
- O que queremos dizer com Educação Emocional;
- Acompanhamento emocional;
- As funções terapêuticas da Educação Emocional;
- A utilidade de uma abordagem baseada na educação emocional em tratamento terapêutico com vítimas de violência.

O conhecimento de si mesmo e das suas próprias necessidades são, na nossa opinião, a base para um acompanhamento pessoal adequado. Estas necessidades, uma vez identificadas, ajudar-nos-ão a reconhecer as nossas experiências de "cura", bem como a conectarmo-nos com as pessoas que atendem às nossas necessidades e restauram o nosso bem-estar.

(11:00-13:00) - Biodanza como metodologia de intervenção terapêutica: bases teóricas

Após um breve intervalo, explicam-se as principais características de uma intervenção baseada na Biodanza. O sistema de integração Biodanza foi criado por Rolando Toro como um método para melhorar a expressão e integração da identidade pessoal. Escolhemos o "sistema de integração afetiva biodanza" para aumentar as habilidades das mulheres e aumentar a capacitação, fluidez, definição de limites, auto-sustento eafeição positiva para si mesmas e para como outro. O movimento corporal através da Biodanza abre um espaço que vai além da palavra, permitindo a expressão do que não pode ser dito. Os exercícios na Biodanza destinam-se a reativar movimentos naturais que muitas vezes têm sido bloqueados por

experiências de vida difíceis e/ou limitação de padrões culturais.

Após uma breve explicação das bases teóricas do sistema Biodanza, os exercícios e danças mais utilizados no *workshop* serão listados.

(14:00-17:00) - Reunião com as mulheres que participam no curso piloto

Após a pausa para o almoço, abre-se um espaço onde as mulheres que participam no curso de piloto são convidadas a partilhar a sua experiência. Por um lado, esta proposta visa introduzir as mulheres mais de perto na equipa que faz parte do projeto. Por outro lado, este encontro facilita a possibilidade de as diferentes entidades e associações poderem conhecer, em primeira mão, a experiência pessoal que levou estas mulheres a participar no *workshop* de Educação Emocional e Biodanza.

(17:00-18:00) - Discussão da experiência partilhada

No final do dia há um momento de elaboração e partilha do que se tem vivido durante o dia.

Segundo dia

(09:00-11:00) - Currículo e orientações para o workshop de Educação Emocional e Biodanza

No segundo dia do *workshop*, com base nas hipóteses teóricas levantadas no dia anterior, o percurso do *workshop* desenhado especificamente para mulheres envolvidas em maus tratos e relações de abuso é detalhado. Especificamente, para o projeto Deep Acts contra a violência baseada no género, uma série de 12 reuniões foi realizada na sede do RUMBOS. Seis mulheres participaram neste *curso piloto*.

Em todas as sessões havia dois espaços específicos: um para os aspetos relacionados com a psicoeducação, e outro para a sessão biodanza. As sessões decorreram semanalmente durante dois meses e meio; as reuniões duraram 3 horas.

No final de cada sessão, os participantes foram convidados a observar o que foi dito no *workshop* e a trabalhar, durante a semana, sobre os aspetos discutidos nessa sessão.

Além disso, no final do curso-piloto, foi administrado um questionário de satisfação aos participantes, a fim de atribuir um índice de qualidade à proposta

apresentada.

(11:00-13:00) - Comentários e relatório do curso piloto

Após uma breve pausa, passamos à análise dos elementos mais importantes relativos à implementação do curso piloto. A participação das mulheres, o nível de motivação, a adequação das metodologias propostas de intervenção com as mulheres, etc. serão avaliadas.

Tal será possível analisando em pormenor o trabalho realizado, utilizando as observações diretas feitas pelos facilitadores do *workshop*, bem como com base nos questionários de satisfação e na avaliação individual administrada aos doentes do curso piloto.

(14:00-17:00) - Laboratório Prático de Educação Emocional

À tarde, após a pausa para o almoço, há um momento experiencial para que os participantes possam realizar uma atividade prática de Educação Emocional, com o objetivo de conhecer mais profundamente o tipo de abordagem proposta no curso piloto. Posteriormente, propõe-se a dinâmica denominada "rosebush", com uma duração de 2 horas.

No início, os participantes são convidados a fechar os olhos e a entrar numa visualização guiada pelos facilitadores do *workshop*. Através desta visualização, a pessoa imagina-se como um roseira, observa como é o roseira, como é o seu ambiente, o que o rodeia, que estação do ano é, quais são as suas sensações sendo o roseira, etc.

Em seguida, são dados lápis coloridos e os participantes são convidados a representar o que viram. Uma vez terminada a performance, é-lhes pedido que se descrevam na primeira pessoa, começando a história com a frase "Eu sou um arbusto de rosas ... "

Posteriormente, abre-se um espaço para partilhar o processamento realizado, bem como as sensações, e se a consciência surgiu através da dinâmica utilizada.

(17:00-18:00) - Discussão da experiência partilhada

Ao final do dia, há um momento de elaboração e partilha do que se viveu durante a sessão.

Terceiro dia

(09:00-11:00) - Discussão dos elementos que surgiram durante a exposição teórica ea experiência prática do encontro

No terceiro dia, abre-se um espaço de discussão entre os participantes do evento. A criação de pequenos grupos favorece a geração de questões, dúvidas e curiosidades sobre a metodologia proposta.

(11:00-13:00) - Mesa redonda: partilha da metodologia e ferramentas utilizadas pelas várias associações no domínio da intervenção terapêutica com as mulheres

O *workshop* termina com um espaço para partilhar as abordagens e estratégias usadas por cada membro do grupo. A ideia é alargar a visão e o conhecimento de todos os participantes de forma a incentivar novas colaborações.