



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**

**CURRICULUM PER IL WORKSHOP DI**  
**EDUCAZIONE EMOZIONALE E BIODANZA**  
**Attività per la strutturazione di un laboratorio di**  
**Educazione Emozionale 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 Novembre 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.*



# SOMMARIO

<b>INTRODUZIONE .....</b>	<b>1</b>
<b>1 – PROGRAMMA PER IL WORKSHOP DI EDUCAZIONE EMOZIONALE E BIODANZA.....</b>	<b>2</b>
Primo giorno.....	2
Secondo giorno.....	2
Terzo giorno.....	2
<b>2 – DESCRIZIONE DEL WORKSHOP .....</b>	<b>3</b>
Primo giorno.....	3
Secondo giorno .....	4
Terzo giorno .....	6



## **INTRODUZIONE**

Il Work Package 3 “Services Focused on Emotional Education” del progetto DEEP ACTS ha tra i suoi obiettivi, sistematizzare e diffondere strumenti e metodi specifici per interventi terapeutici rivolti alle vittime di violenza, basati sull’Educazione Emozionale e sulla Biodanza.

Questo documento si propone di sviluppare un Curriculum che possa essere una guida per la realizzazione di *workshop* informativi ed esperienziali della metodologia proposta destinati a professionisti del settore.

Il termine Curriculum implica un elenco di attività svolte per strutturare, organizzare e pianificare l’intervento formativo, compresa la definizione di obiettivi di apprendimento, contenuti, metodi e materiali didattici, comprese le linee guida per la formazione di insegnanti e formatori (Cedefop, Terminologia della politica europea dell’istruzione e della formazione, Lussemburgo, Ufficio delle pubblicazioni dell’Unione europea, 2014).

La struttura di questo documento intende rispondere alle indicazioni fornite dal Cedefop (Centro europeo per lo sviluppo della formazione professionale), che è il centro di riferimento dell’Unione europea per l’istruzione e la formazione professionale. Cedefop fornisce informazioni e analisi su sistemi, politiche, ricerche e pratiche relative all’istruzione e alla formazione professionale.

Gli enti che vorranno avvalersi della nostra proposta potranno così comprenderla più a fondo, per adattarla meglio al contesto e alle finalità specifiche.

# **1 – PROGRAMMA PER IL WORKSHOP DI EDUCAZIONE EMOZIONALE E BIODANZA**

Questo documento si propone di strutturare un programma per un *workshop* attraverso il quale diffondere e mettere a disposizione del pubblico, per la reiterazione dell'esperienza formativa, un modello sull'Educazione Emozionale e la Biodanza come strumenti di intervento nel trattamento delle vittime di violenza.

Di seguito vi proponiamo uno schema di questo incontro:

## **Primo giorno**

- |             |   |
|-------------|---|
| 09:00-11:00 | L'Educazione Emozionale come metodologia per l'intervento terapeutico: basi teoriche. |
| 11.00-13.00 | Biodanza come metodologia di intervento terapeutico: basi teoriche.                   |
| 14.00-17.00 | Incontro con le donne partecipanti al corso pilota.                                   |
| 17.00-18.00 | Discussione sull'esperienza condivisa.  |

## **Secondo giorno**

- |             |  |
|-------------|--|
| 09:00-11:00 | Curriculum e linee guida per il <i>workshop</i> di Educazione Emozionale e Biodanza. |
| 11.00-13.00 | Osservazioni e relazione del corso pilota.   |
| 14.00-17.00 | Laboratorio esperienziale di Educazione Emozionale.                                  |
| 17.00-18.00 | Discussione sull'esperienza condivisa.   |

## **Terzo giorno**

- |             |  |
|-------------|--|
| 09:00-11:00 | Discussione sugli elementi emergenti durante la presentazione teorica e l'esperienza pratica del <i>workshop</i> .                                       |
| 11.00-13.00 | Tavola rotonda: condivisione della metodologia e degli strumenti utilizzati dalle diverse associazioni rispetto all'intervento terapeutico con le donne. |

## **2 – DESCRIZIONE DEL WORKSHOP**

### **Primo giorno**

#### **(09:00–11:00) - L'Educazione Emozionale come metodologia per l'intervento terapeutico: basi teoriche**

Il *workshop* si apre con un'esposizione delle basi teoriche dell'Educazione Emozionale o psicoeducativa, con l'obiettivo di comprendere l'ideoneità di questo approccio nell'intervento terapeutico con le donne.

Dopo una breve introduzione sull'esperienza di RUMBOS nel campo emozionale, illustreremo il termine Educazione Emozionale.

- Cosa sono le emozioni;
- Cosa intendiamo per Educazione Emozionale;
- Accompagnamento emotivo;
- Le funzioni terapeutiche dell'Educazione Emozionale;
- L'utilità di un approccio basato sull'Educazione Emozionale nel trattamento terapeutico con le vittime di violenza.

La conoscenza di sé e dei propri bisogni sono, a nostro parere, la base per un corretto accompagnamento personale. Questi bisogni, una volta individuati, ci aiuteranno a riconoscere i nostri vissuti "curativi", oltre che a collegarci con quelle persone che soddisfano le nostre esigenze e ripristinano il nostro benessere.

#### **(11:00-13:00) - La biodanza come metodologia per l'intervento terapeutico: basi teoriche**

Dopo una breve pausa, vengono spiegate le principali caratteristiche di un intervento basato sulla Biodanza. Il sistema di integrazione della Biodanza è stato creato da Rolando Toro come metodo per migliorare l'espressione e l'integrazione dell'identità personale. Abbiamo scelto il "sistema di integrazione affettiva di Biodanza" per incrementare le competenze nelle donne e potenziare l'empowerment, la fluidità, la capacità di stabilire limiti, l'auto sostentamento e l'affetto positivo verso se stesse e l'una verso l'altra. Il movimento corporeo attraverso la Biodanza apre uno spazio che va oltre la parola, permettendo l'espressione di ciò che non si può dire. Gli esercizi in Biodanza hanno lo scopo di riattivare movimenti naturali che sono stati spesso bloccati da esperienze di vita difficili e/o schemi culturali limitanti.

Dopo una breve spiegazione delle basi teoriche del sistema Biodanza, verranno elencati gli esercizi e le danze più utilizzate nel *workshop*.

### **(14:00-17:00) – Incontro con le donne partecipanti al corso pilota**

Dopo la pausa pranzo, viene aperto uno spazio in cui le donne partecipanti al corso pilota sono invitate a condividere la propria esperienza. Da un lato, questa proposta ha lo scopo di far conoscere alle donne più da vicino il team che fa parte del progetto. D'altra parte, questo incontro facilita la possibilità che le diverse entità e associazioni possano conoscere, in prima persona, l'esperienza personale che ha portato queste donne, a partecipare al *workshop* di Educazione Emozionale e Biodanza.

### **(17:00-18:00) – Discussione sull'esperienza condivisa**

Alla fine della giornata c'è un momento di elaborazione e condivisione di ciò che è stato vissuto durante la giornata.

## **Secondo giorno**

### **(09:00-11:00) – Curriculum e linee guida per il workshop di Educazione Emozionale e Biodanza**

Il secondo giorno del *workshop*, sulla base delle ipotesi teoriche sollevate il giorno precedente, viene dettagliato il percorso del *workshop* pensato appositamente per le donne coinvolte in relazioni di maltrattamento e abuso. Nello specifico, per il progetto Deep Acts contro la violenza di genere, si è tenuto un ciclo di 12 incontri presso la sede di RUMBOS. Sei donne hanno partecipato a questo corso pilota.

In tutte le sessioni ci sono stati due spazi specifici: uno per gli aspetti legati alla psicoeducazione, e un altro per la sessione di Biodanza. Le sessioni si sono svolte settimanalmente per due mesi e mezzo; gli incontri sono durati 3 ore.

Alla fine di ogni sessione, i partecipanti sono stati invitati ad osservare quanto detto nel *workshop* e a lavorare, durante la settimana, sugli aspetti discussi in quella sessione.

Inoltre, al termine del corso pilota, è stato somministrato ai partecipanti un questionario di soddisfazione, al fine di attribuire un indice di qualità alla proposta fatta.



### **(11:00-13:00) – Osservazioni e relazione del corso pilota**

Dopo una breve pausa, si passa all'analisi degli elementi più importanti riguardanti l'implementazione del corso pilota. Saranno valutate la partecipazione delle donne, il livello di motivazione, l'idoneità delle metodologie proposte per l'intervento con le donne, ecc.

Ciò sarà possibile analizzando nel dettaglio il lavoro svolto, avvalendosi delle osservazioni dirette fatte dai facilitatori del *workshop*, nonché sulla base dei questionari di soddisfazione e valutazione individuale somministrati ai pazienti del corso pilota.

### **(14:00-17:00) - Laboratorio Pratico di Educazione Emozionale**

Nel pomeriggio, dopo la pausa pranzo, si svolge un momento esperienziale affinché i partecipanti possano svolgere un'attività pratica di Educazione Emozionale, con l'obiettivo di conoscere più a fondo il tipo di approccio proposto nel corso pilota. Successivamente, viene proposta la dinamica denominata "cespuglio di rose", con una durata di 2 ore.

In un primo momento, i partecipanti sono invitati a chiudere gli occhi ed entrare in una visualizzazione guidata dai facilitatori del *workshop*. Attraverso questa visualizzazione, la persona si immagina di essere un cespuglio di rose, osserva com'è il cespuglio di rose, com'è il suo ambiente, cosa lo circonda, che stagione dell'anno è, quali sono le sue sensazioni essendo il cespuglio di rose, ecc.

Successivamente, vengono danno matite colorate e i partecipanti sono invitati a rappresentare ciò che hanno visualizzato. Una volta terminata la performance, viene chiesto loro di descriversi in prima persona iniziando la storia con la frase "*Sono un cespuglio di rose ...*".

Successivamente, si apre uno spazio per condividere l'elaborazione effettuata, così come le sensazioni, e se sono emerse consapevolezza attraverso la dinamica utilizzata.

### **(17:00-18:00) – Discussione sull'esperienza condivisa**

Alla fine della giornata, c'è un momento di elaborazione e condivisione di ciò che è stato vissuto durante la sessione.

## **Terzo giorno**

### **(09:00-11:00) – Discussione sugli elementi emersi durante la mostra teorica e sull'esperienza pratica dell'incontro**

Il terzo giorno, viene aperto uno spazio di discussione tra i partecipanti all'evento. La creazione di piccoli gruppi favorisce la generazione di domande, dubbi e curiosità sulla metodologia proposta.

### **(11:00-13:00) – Tavola rotonda: condivisione della metodologia e degli strumenti utilizzati dalle diverse associazioni in materia di intervento terapeutico con le donne**

Il *workshop* si conclude con uno spazio di condivisione degli approcci e delle strategie utilizzate da ciascun componente del gruppo. L'idea è quella di ampliare la visione e la conoscenza da parte di tutti i partecipanti, al fine di incoraggiare nuove collaborazioni.