



Manuale Per La Formazione In Abilità Sociali
ARTE - FORMAZIONE - TERAPIA

MANUALE PER LA FORMAZIONE IN ABILITÀ SOCIALI

ARTE - FORMAZIONE - TERAPIA

Un Manuale per chi lavora con persone vulnerabili.
Nuove idee per sviluppare abilità sociali
al fine di promuovere l'inclusione sociale.



Co-finanziato
dall'Unione Europea

Anno di pubblicazione: 2012

A cura dei partner del progetto ARTERY:

Agnieszka Ginko-Humphries e Krzysztof Tusiewicz - Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki (Associazione Teatro Grodzki), Polonia

Uršula Kovalyk e Patrik Krebs - Divadlo bez domova (Teatro senza Dimora), Slovacchia

Koffi Mahouley Dossou e Gabriella Brigitte Klein - Key & Key Communications, Italia

Marja-Liisa Lintunen - Kirkkopalvelut ry (Centro per l'Educazione e la Formazione "Agricola"), Finlandia

Henar Conde, Cristina Vega, Sara Marcos, Eva Galán, Camila Silva, Betka Hulmanová e José Pinho - Fundación INTRAS (Fondazione INTRAS), Spagna

Un ringraziamento speciale ad Aleksander Schejbal di Placówki Kształcenia Ustawicznego EST (EST Lifelong Learning Centre) per i suoi utili commenti critici.

Editing & coordinamento: Fundación INTRAS

La versione originale di questo libro è in inglese. In seguito è stato tradotto in altre cinque lingue:

Traduzione polacca: Ewa Horodyska

Traduzione slovacca: Zuzana Poliaková, Patrik Krebs

Traduzione italiana: Gabriella B. Klein, Koffi M. Dossou

Traduzione finlandese: Kristina Juvonen, Merja Nykänen

Traduzione spagnola: David Reinoso

© ARTERY Project Partners

ISBN: 978-84-938947-4-0

Copyright depositato: DL VA 459-2012

Stampa: The Bielsko Artistic Association Grodzki Theatre

ul. S. Sempotowskiej 13, 43-300 Bielsko-Biała

biuro@teatrgrodzki.pl, www.teatrgrodzki.pl

Bielsko-Biała, 2012

La riproduzione del materiale contenuto in questa pubblicazione è autorizzata solo a fini non commerciali e citando la fonte in modo chiaro.

Il progetto "ARTERY: Art - Education - Therapy" con numero di riferimento 510260-LLP-1-2010-1-PL-GRUNDTVIG-GMP è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Lifelong Learning Programme



Education and Culture DG



MINISTER
EDUKACJI
NARODOWEJ



Immagini: laboratori e incontri di ARTERY, opere realizzate dai partecipanti dei laboratori. Un ringraziamento speciale a Krzysztof Tusiewicz, Patrik Krebs, Koffi M. Dossou e Adrian Pérez per le foto. Autore della foto di copertina: Patrik Krebs. Nome della foto: "Divadlo bez Domova - Kuca Paca".

Nota: Chi usa questo Manuale è invitato a condividere esperienze, idee, commenti e opinioni attraverso l'uso della piattaforma www.arteryproject.eu - uno strumento appositamente disegnato per ispirarvi.

MANUALE PER LA FORMAZIONE IN ABILITÀ SOCIALI

ARTE - FORMAZIONE - TERAPIA

Un Manuale per chi lavora con persone vulnerabili.
Nuove idee per sviluppare abilità sociali
al fine di promuovere l'inclusione sociale.



EDINTRAS
Intras Editions

ZAMORA, 2012

INDICE DEI CONTENUTI

6

COSA TRATTA QUESTO MANUALE

8

**CAPITOLO 1 - L'IMPORTANZA DELL'APPRENDIMENTO
PERMANENTE PER ADULTI SOCIALMENTE VULNERABILI**

12

**CAPITOLO 2 - ARTERY: ARTE
FORMAZIONE - TERAPIA**

18

CAPITOLO 3 - I PRINCIPALI PARTNER

30

**CAPITOLO 4 - ADULTI, VULNERABILITÀ E
ABILITÀ SOCIALI. QUADRO CONCETTUALE**

38

**CAPITOLO 5 - ABILITÀ SOCIALI IMPORTANTI PER
I GRUPPI TARGET. STRUMENTI E ATTIVITÀ**

74

CAPITOLO 6 - ESERCIZI DA RACCOMANDARE

90

**CAPITOLO 7 - ESEMPIO DI BUONE
PRATICHE**

96

**CAPITOLO 8. RACCOMANDAZIONI PER
EDUCATORI E FORMATORI**

106

CONCLUSIONI

109

BIBLIOGRAFIA

112

SITOGRAFIA



COSA TRATTA QUESTO MANUALE

Il Manuale per la Formazione in Abilità Sociali, che state leggendo, è basato sulle esperienze dei formatori che lavorano con gruppi di persone svantaggiate provenienti da cinque paesi: Polonia, Slovacchia, Italia, Finlandia e Spagna. Abbiamo messo insieme le nostre competenze e risorse al fine di sviluppare insieme il progetto ARTERY, finanziato dal Lifelong Learning Programme, il Programma di Apprendimento Permanente (2007 - 2013) della Commissione Europea. Come autori di questo libro crediamo fermamente nei benefici dell'apprendimento permanente per lo sviluppo delle competenze sociali di adulti vulnerabili e proponiamo di dimostrarlo nei capitoli che seguono.

L'Apprendimento Permanente e il suo legame con l'educazione degli adulti e la loro vulnerabilità si riflette in Capitolo 1 di questo Manuale 'L'importanza dell'apprendimento permanente per adulti socialmente vulnerabili'. Il Capitolo 2 'Artery: Arte - Formazione - Terapia' descrive in dettaglio il progetto ARTERY. In Capitolo 3 'I principali partner' ci presentiamo individualmente e con i profili delle nostre organizzazioni quali partner nel progetto ARTERY, riassumiamo le loro attività e i loro progetti, e le relative informazioni di contatto.

Poiché il Manuale mira a riflettere sulle abilità sociali e le implicazioni degli effetti educativi, il Capitolo 4 'Adulti, vulnerabilità e abilità sociali. Quadro concettuale' include una panoramica delle definizioni di abilità sociali e conduce a un elenco di sette abilità che sembrano essere deboli nei gruppi target affrontati dalle organizzazioni partner di ARTERY. Si discute l'importanza di acquisire ed esercitare abilità sociali non solo da parte di persone con disabilità, ma anche da parte di chiunque sia interessato alla propria crescita personale.

I gruppi target svantaggiati, con cui i partner di ARTERY lavorano, sono presentati nel Capitolo 5 'Abilità sociali importanti per i gruppi target. Strumenti e attività'. Questa parte del Manuale è la più importante e la più completa. Qui si descrivono i metodi pratici che usiamo per esercitare abilità sociali e le motivazioni legate a tale esercizio. Ciò vi aiuterà a imparare dalle nostre pratiche basilari.

Al fine di rendere questo libro utile per uno scopo pratico, il Capitolo 6 'Esercizi da raccomandare', comprende una selezione di attività pronte all'uso per la formazione alle abilità sociali, che possono essere adattate a qualsiasi gruppo con cui state lavorando. Questa sezione è seguita dal Capitolo 7 'Esempio di buone pratiche', preso da Laboratori di Terapia Occupazionale per persone con disabilità fisica, emotivo-affettiva e cognitiva, che ha avuto luogo nel Teatro Grodzki da gennaio ad aprile 2011. Ci auguriamo che possa costituire per voi una fonte di ispirazione per le vostre attività.

Nel Capitolo 8 'Raccomandazioni per insegnanti ed educatori' troverete una sintesi di conoscenze pratiche e di esperienze maturate dai nostri formatori in fase di attuazione del progetto ARTERY. Consigli pratici sono inclusi per aiutarvi a riflettere su come lavorare con le persone più vulnerabili e come offrire suggerimenti e consigli alle persone con cui state lavorando.

Infine, per riassumere le informazioni contenute in questo Manuale includiamo una sezione Conclusioni.

Ognuno dei partner ARTERY lavora con differenti gruppi di persone socialmente svantaggiate, in condizioni diverse e con metodi differenti, questo Manuale offre una sintesi unica di vari punti di vista ed esperienze che in ultima analisi, riflettono lo stesso messaggio: che ogni persona è unica, non importa quale sia 'il grado di invalidità' o di svantaggio di cui lui o lei soffre (si prega di notare che nessuna stigmatizzazione è intesa mediante l'uso dell'espressione 'grado di svantaggio', si veda p. 76). E che non finisca mai la sfida per i formatori e professionisti della cura alla persona, che sta nel fatto di continuare a cercare modi per aiutare tali persone a realizzare la loro vita il meglio possibile.

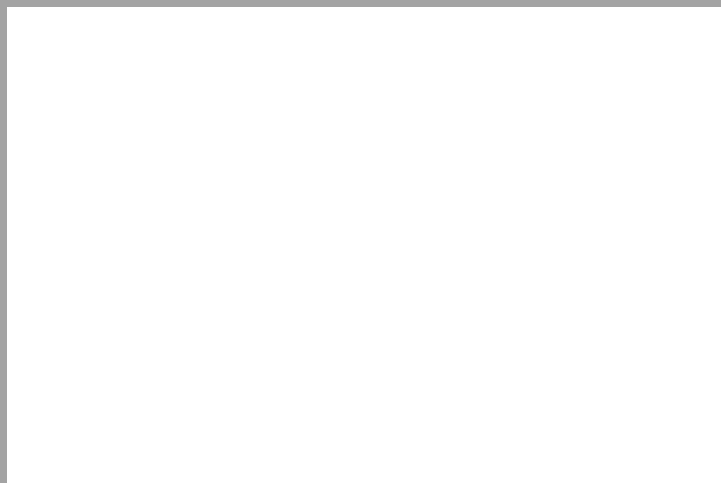
Come usare questo Manuale

Attraverso i nostri diversi punti di vista e le nostre diverse pratiche di formazione troverete in questo Manuale una serie di esperienze e approcci diversi sul tema dello sviluppo di competenze sociali per ottenere l'inclusione sociale. Si consiglia vivamente di prendere da questo Manuale qualunque suggerimento e pratica formativa che si inserisca nella vostra realtà e le vostre esigenze. Potete leggere questo Manuale come qualsiasi altro libro cominciando dall'inizio e proseguendo nella lettura fino alla fine. Oppure potete cercare solo strumenti e attività pratici ignorando il resto. Voi sapete meglio di noi ciò che state cercando. Abbiamo cercato di dare a questo libro una struttura e un layout che vi permetta di trovare facilmente quello che state cercando.

Buona lettura e visitate il sito ARTERY:
www.arteryproject.eu

L'IMPORTANZA DELL'APPRENDIMENTO PERMANENTE

PER ADULTI SOCIALMENTE VULNERABILI



CAPITOLO 1

adulti



“Quando le persone non escono da dove vivono, se non lasciano mai il loro quartiere o la loro proprietà, si sviluppa un muro. Non vedono nulla al di fuori delle loro proprietà o del loro paese. Questo è pericoloso. Uscire e guardarsi in giro significa vedere altre persone. Ti dà l'impressione di cambiare il mondo. Il muro che ci impedisce di uscire e vedere altre persone deve essere fatto saltare in aria.”

Libro Bianco Europeo sulle politiche giovanili:
Un contributo dei Poorest Young People,
International Movement ATD Fourth World, 2001.

Cos'è l'Apprendimento Permanente?

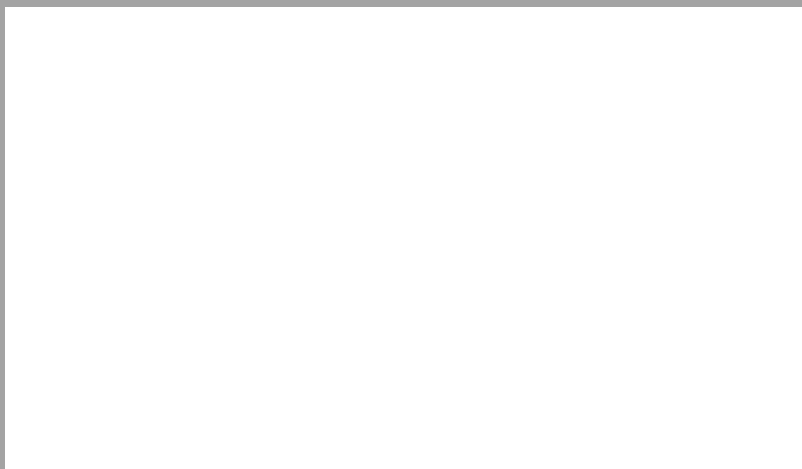
L'apprendimento permanente è inteso soprattutto dalle persone coinvolte come il processo per mantenere corpo e mente impegnati perseguendo attivamente la conoscenza e l'esperienza per tutta la vita. Nikolaj Frederik Severin Grundtvig (8 settembre 1783 - 2 settembre 1872) è considerato il padre ideologico delle scuole superiori popolari o scuole per la formazione degli adulti. Il suo personale obiettivo e il suo sogno erano di creare un nuovo concetto di formazione che promuove la creatività e la libertà in tutte le fasi della vita. Egli concepì la formazione pubblica divisa in scuola per tutta la vita (scuola superiore) e la scuola per passione (università). Nel 1929 Yeaxlee Basilio formulò l'idea di formazione permanente, intendendo la formazione come un aspetto permanente della vita quotidiana.

Ora la formazione è vita e tutta la vita è formazione, non semplicemente preparazione per un'ignota vita futura. Invece, nella formazione degli adulti il curriculum è costruito attorno alle esigenze e agli interessi del discente al fine di mantenere le aspirazioni e di fare scelte più consapevoli in questo mondo interconnesso e globalizzato. Il Programma di Apprendimento Permanente, finanziato dalla Commissione Europea, mira ad aumentare il numero di persone coinvolte nel settore dell'educazione degli adulti, migliorando la qualità della formazione sia per discenti che per formatori, nonché estendendone l'accesso per i discenti adulti emarginati e svantaggiati.

Adulti socialmente vulnerabili provengono da tutti i gruppi che hanno a che fare con determinate disabilità sociali (fisiche, mentali o altre) che li mette nella posizione più debole della società. Ciò include le persone con problemi di salute mentale, migranti, persone senza fissa dimora, ecc. le quali, se ricevono adeguato supporto, possono tornare ad adempiere i loro ruoli sociali, acquisendo competenze sociali, abilità e conoscenze indispensabili per l'inclusione sociale. Il risultato sono individui che soddisfano i loro bisogni e le loro esigenze e quelle del loro ambiente sociale.

Analizzando la situazione attuale dell'educazione degli adulti, la Commissione Europea segnala che peggiore è la situazione sociale delle persone, meno probabile è la loro partecipazione all'educazione degli adulti. Inoltre, la partecipazione è più bassa nelle zone rurali che nelle zone urbane e le persone socialmente vulnerabili prendono molto meno parte nell'apprendimento per adulti rispetto al resto della popolazione. Come risultato, un numero considerevole di persone sperimenta l'esclusione sociale. Tale situazione pone una sfida che intendiamo affrontare con il nostro progetto. Il progetto ARTERY svolge un ruolo importante ispirando professionisti ad aiutare, in modo innovativo, persone vulnerabili ad abbattere i muri che le trattengono.





artery



Sul progetto ARTERY: La Macchina del Vento e Haiku...

Vogliamo ispirare ed essere ispirati

Se siete formatori o insegnanti e vi occupate ogni giorno di arte, educazione e/o di terapia, sapete quanto è importante ottenere nuova e fresca ispirazione. È utile, se non essenziale, imparare costantemente metodi efficienti, interessanti per lavorare con diversi gruppi target. Ciò è il motivo per cui formatori e insegnanti dell'Associazione Teatro Grodzki, con sede a Bielsko-Biała, ed EST Centro di Apprendimento Permanente, Wadowice, Polonia, hanno creato il progetto ARTERY, che è disegnato per rendere possibile lo scambio, a livello europeo, di metodi artistici e formativi. Ci auguriamo che le idee fluiranno e circoleranno da un paese all'altro al fine di ispirare e sostenere il nostro lavoro educativo, con particolare attenzione alle persone socialmente vulnerabili e la loro integrazione nella società.

Tutti noi del partenariato ARTERY lavoriamo con gruppi socialmente svantaggiati, come per esempio persone con disabilità e malattia mentale, persone senza fissa dimora, migranti e tutti coloro che hanno bisogno di sostegno. Veniamo da cinque paesi europei e siamo in sei partner: Grodzki Theatre Association ed EST Lifelong Learning Centre (Polonia), Divadlo bez Domova (Slovacchia), Key & Key Communications (Italia), Kirkkopalvelut ry - Agricola (Finlandia) e Fundación INTRAS (Spagna).

La poesia giapponese Haiku sulla Piattaforma Internet www.arteryproject.eu

Il prodotto principale del progetto ARTERY è la piattaforma e-learning www.arteryproject.eu, oltre a questo libro che state leggendo e il DVD che ci auguriamo che guarderete. Si tratta di un portale educativo in cui persone provenienti da tutta Europa e da altri paesi possono guardare e caricare film, foto e testi presentando così il loro lavoro in inglese. Se siete una delle persone che fuggono di fronte a un portale internet con il social networking, per favore fermatevi! Il portale ARTERY non vi costringe a interagire con altri utenti, se non lo desiderate. Potete anche scegliere di essere solamente osservatori e semplicemente accedere per guardare film e leggere testi provenienti da altri formatori e insegnanti. Si tratta di una banca dati alla quale chiunque può accedere gratuitamente, per uno scambio d'idee e di buone pratiche. Se volete imparare a costruire una magica macchina del vento - un capolavoro di carpenteria prodotto da un gruppo di persone disabili, allora vi suggeriamo di visitare la categoria Arte Visiva - Visual Art. L'idea di costruire tale macchina è venuta dalla tradizione polacca di giocattoli popolari. Grazie al riciclo, qualcosa è venuto dal nulla ...

Se volete essere più impegnati con www.arteryproject.eu, è possibile inserire commenti e dare un feedback sui materiali didattici. Senza dubbio, la forma più attiva di partecipazione implica presentare i vostri propri materiali (foto / filmati e testi), che possano spiegare il vostro lavoro artistico ed educativo con i vostri gruppi. Ciò richiede che vi registriate sulla piattaforma e che abbiate un account per poter essere in grado di modificare, eliminare o aggiungere i vostri materiali. Non preoccupatevi: è molto semplice aprire un tale account!

Che tipo di materiali si possono trovare sul nostro portale?

Come parte del progetto ARTERY i migliori metodi artistici, educativi e comunicativi di lavoro con persone socialmente vulnerabili sono presentati da partner provenienti da Polonia, Slovacchia, Italia, Finlandia e Spagna. Altre organizzazioni e individui di qualsiasi altro paese sono altresì invitati a mettere i propri filmati e le proprie foto su questo portale educativo.

Come muoversi sulla piattaforma?

I materiali sono organizzati in due forme - in percorsi di apprendimento (che mostrano come lavorare su un determinato compito) e in fasi di apprendimento (singoli compiti). Un percorso di apprendimento (ad esempio Masks - le maschere - nella categoria Theatre - teatro) è costituito da diverse fasi di apprendimento (Making a theatre mask - Fare una maschera di teatro; Decorating the mask - Decorando la maschera; Playing in the mask and with the mask - Giocando in maschera e con la maschera). Se volete trovare attività da realizzare all'interno del vostro gruppo, vi sono molti esercizi individuali da poter utilizzare. Se vi capita di avere più tempo a disposizione e vorreste vedere l'intero processo, ad esempio, imparare a memoria una poesia Haiku e recitarla, guardate i Percorsi di apprendimento nella categoria Actor's Craft - Lavori da attore. Divadlo bez Domova (Teatro senza Dimora) presenta il più conosciuto haiku giapponese - il "vecchio stagno" di Bashō e i metodi per memorizzarlo:

furuike ya
kawazu tobikomu
mizu no oto

che può essere tradotto come:
vecchio stagno . . .
una rana salta in
suono dell'acqua

La tecnica presentata sulla piattaforma può essere utile per imparare qualsiasi testo straniero a memoria, non solo poesie giapponesi!

Nei Percorsi di apprendimento vi sono molte categorie tra cui scegliere: Teatro (script, scenografia, costumi, oggetti di scena, mestiere dell'attore), Arti Visive, Musica e Abilità Comunicative (comunicazione verbale, comunicazione non-verbale, comunicazione paraverbale, comunicazione visiva). Molti dei nostri beneficiari sono oggetto di discriminazione e di esclusione attraverso il linguaggio che sentono. L'associazione Key & Key Communications (Italia), che è specializzata nel lavoro con migranti, condivide con noi alcuni dei suoi modi di risolvere i problemi di comunicazione; tali modi possono aumentare le potenzialità delle persone. Ad esempio, i partecipanti trasformano una parola o una formulazione che considerano offensiva in una parola o formulazione più positiva (Messaggi verbali: Le nostre parole nella comunicazione interculturale). Anziché riferirsi a persone di diversa etnia come "voi altri", si potrebbe usare un'espressione quale per esempio "la vostra comunità".

Come abbiamo raccolto i materiali per la piattaforma ARTERY?

Nel 2011 cinque organizzazioni partner, 1 in ogni paese, stava svolgendo un corso di un anno (90 ore) per gruppi socialmente svantaggiati per raccogliere e documentare le migliori pratiche di lavoro artistico e di comunicazione. L'Associazione del Teatro Grodzki (Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki), Polonia, svolgeva attività artistiche per persone con disabilità. Il Teatro senza Dimora (Divadlo bez Domova), Slovacchia, condusse laboratori teatrali per persone senza fissa dimora, persone con disabilità o con diagnosi psichiatrica, nonché per persone che erano state arrestate o che provenivano da diverse minoranze. Key & Key Communications, Italia, realizzò laboratori di comunicazione per 'adulti-in-mobilità' - ossia migranti -, da una parte, e per 'adulti-in-contatto-con-la-mobilità' - ossia dipendenti pubblici -, dall'altra parte, aiutando entrambi i gruppi a comunicare meglio insieme. Kirkkopalvelut ry ("Agricola"), Finlandia, svolse laboratori in arti visive e teatrali per persone con disabilità, comprese persone con difficoltà di apprendimento. Se volete vedere come rappresentare chi siete attraverso oggetti di uso quotidiano, date un'occhiata ai loro percorsi di apprendimento (storie illustrate). Infine, la Fondazione INTRAS (Fundación INTRAS), Spagna, realizzò laboratori teatrali per malati mentali, mostrando sulla piattaforma come si possono esprimere i propri sentimenti negativi in modo costruttivo e sicuro. Tutto questo e molto di più, è disponibile su www.arteryproject.eu in inglese. Ma il linguaggio dei film e le foto è spesso universale, quindi date uno sguardo!

Welcome!

Zapraszamy!

Vitajte!

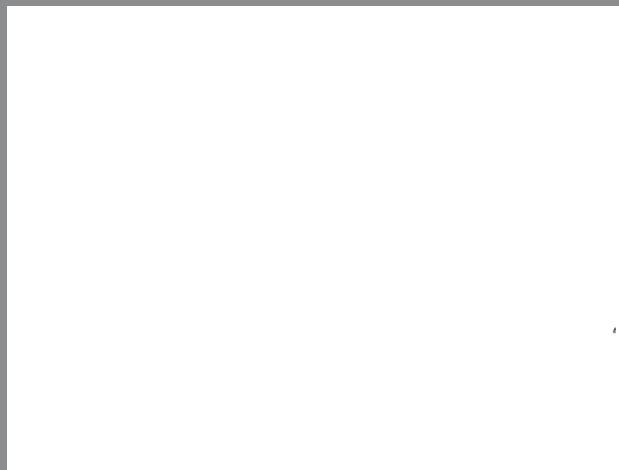
Benvenuti!

Tervetuloa!

Bienvenido!



I PRINCIPALI PARTNER



-
-
-
-
-
-
-
-

CAPITOLO 3

partner



Il progetto ARTERY è il risultato della cooperazione tra sei partner di cinque diversi paesi europei (Polonia, Slovacchia, Italia, Finlandia e Spagna). Tutti hanno del know-how ed esperienza in formazione usando l'arte per rafforzare la creatività, le abilità sociali e l'inclusione sociale.

Associazione Teatro Grodzki



L'Associazione del Teatro Artistico Grodzki di Bielsko (Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki) si trova a Bielsko-Biała nella parte meridionale della Polonia, a 30 km dal confine con la Repubblica Ceca. Sin dal 1999 eroga programmi educativi e artistici per gruppi sociali vulnerabili, incluse persone disabili, bambini e ragazzi a rischio, migliorando le loro opportunità di istruzione e di formazione professionale. L'Associazione impiega 62 persone disabili mediante due unità di terapia occupazionale: la Casa di Stampa in Bielsko-Biała e il Centro Alberghiero di Conferenze e di Riabilitazione nello splendido villaggio di Laliki nei Monti Beschidi. Eroga anche Laboratori di Terapia Occupazionale (centro diurno di arti e abilità per l'autonomia personale) per 30 persone con disabilità a Bielsko-Biała. L'Associazione Teatro Grodzki è attivamente coinvolta nella cooperazione europea. Negli ultimi cinque anni l'Associazione ha contratto e gestito 15 progetti finanziati dai programmi comunitari.

Le principali attività dell'Associazione consistono in:

- ◇ Teatro, arti, comunicazione e laboratori professionali per gruppi socialmente vulnerabili
- ◇ Programmi professionali per persone disabili
- ◇ Struttura di progetti (giornali, libri, documentari, tra cui edizioni in lingue diverse)
- ◇ Corsi di formazione per istruttori, insegnanti, terapeuti, assistenti sociali e ONG
- ◇ Programmi di Volontariato
- ◇ Eventi locali e regionali integrati (Il Festival dei Piccoli e dei Grandi di Beschidi, spettacoli all'aperto, presentazioni, eventi natalizi).

L'Associazione Teatro Grodzki è stata in grado di lavorare con persone escluse dalla vita sociale dominante grazie a numerose sovvenzioni e riconoscimenti da istituzioni polacche e internazionali. Il nostro programma di animazione al computer per gruppi emarginati ha ricevuto un premio nel Concorso Minerva (Socrates) come miglior progetto polacco ICT nel 2005. L'iniziativa "Veicoli culturali in materia di istruzione" (2008-2010), finanziata con il sostegno della Commissione Europea, è stata selezionata come buona pratica per la Rete Tematica Europea "inclusion". "Aprire il mondo" (2009-2010), finanziato dal Fondo Sociale Europeo, è stato scelto come uno dei quattro progetti culturali più interessanti della regione della Slesia da parte di esperti di Toolquiz (programma per le regioni europee partner della Slesia).

Siete benvenuti a mettervi in contatto con noi. Abbiamo sempre bisogno di nuovi contatti, sostegno e ispirazione.

Contatto:

The Bielsko Artistic Association Grodzki Theatre, Polonia

Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki

Coordinatore di progetto: Maria Schejbal

e-mail: maria@teatrgrodzki.pl / biuro@teatrgrodzki.pl

Tel.: +48 33 497 56 55 / +48 33 496 52 19

www.teatrgrodzki.pl

Per ulteriori attività legate all'arte e per materiali formativi visitate:

<http://www.teatrgrodzki.pl>

Cliccate su „O nas“ (Chi siamo) e poi su „Nasze publikacje“ (le nostre pubblicazioni)

Raccomandiamo “Cultural vehicles in education” (pubblicato con il supporto della Commissione Europea, 150 pagine, EN, FR, DE, PL, LT, CS) che raccoglie metodi artistici usati nella formazione di gruppi socialmente vulnerabili in 4 paesi.

www.potens.com.pl

Website di “Psychodrama on educational stage project” (pubblicato con il supporto della Commissione Europea) con pubblicazioni (in EN, PL, PT, RO, EL) su come usare lo psychodrama nella formazione per adulti.

Teatro senza Dimora



Il Teatro senza Dimora (Divadlo bez domova) è un'organizzazione non-profit la cui missione principale è quella di lavorare con le comunità emarginate utilizzando forme artistiche non convenzionali nei settori del teatro, delle arti e dello spettacolo, con balli e canti. Vi offriamo la piattaforma per la presentazione di vari temi sociali e questioni normalmente trascurate nella sfera commerciale delle arti. Uniamo l'artistico con il sociale per aiutare a rompere gli stereotipi sulle comunità emarginate nella nostra società.

I soci della nostra organizzazione sono persone che sono state impegnate in pratiche sociali, pedagogiche e artistiche per un lungo tempo e abbiamo anche soci che lavorano nel campo dell'economia, del management e della pubblicità. La nostra comunità target di attori e attrici è senza casa, mentalmente o fisicamente disabili, persone di comunità socialmente o etnicamente emarginate, assistenti sociali, artisti teatrali e in sostanza chiunque abbia un interesse per il nostro teatro. I nostri attori e attrici sono pagati per l'esecuzione dei nostri spettacoli teatrali.

Il Teatro senza Dimora è stato fondato nel 2006. Fino al 2011 abbiamo realizzato otto spettacoli teatrali con i nostri attori, e ogni anno organizziamo il Festival ERROR che è l'unico festival internazionale dei teatri con persone senza fissa dimora in Europa centrale. Diverse volte l'anno, viaggiamo e ci esibiamo in diverse città in

Slovacchia e all'estero. Proviamo e creiamo nuove performance durante le nostre prove regolari, utilizzando diversi metodi di arte terapia. Lavoriamo anche a stretto contatto con altre organizzazioni senza scopo di lucro e di governo. Gli organizzatori stanno lavorando soprattutto come volontari, tuttavia, per i costi di gestione quotidiana del teatro abbiamo avuto un discreto successo nell'ottenere sovvenzioni dai ministeri e dallo Stato e finanziamenti da varie fondazioni e anche sponsor privati. Nel 2011 abbiamo vinto il prestigioso Premio Fondazione Erste per l'integrazione sociale.

Contatto:

Divadlo bez Domova

Štefánikova 16

81104 Bratislava, Slovacchia

Tel.: +421252498508

www.divadlobezdomova.sk

patrikk@mac.com

<https://www.facebook.com/pages/Divadlo-bez-domova>

Per ulteriori attività legate all'arte e per materiali formativi visitate:

<http://www.divadlobezdomova.sk/divadlobezdomova/PROJEKTY.html>

Website con informazione e foto dei nostri progetti.

<http://www.studio12.sk/program-mesiac.html>

Lo studio dove presentiamo le nostre recite.

<http://www.apothecaryfilms.com/home/2011/2/9/haiku-documentary-feature-film-teaser.html>

Film Haiku.



Key & Key Communications, fondata nel 1994, è un'associazione culturale e scientifica senza scopo di lucro che si occupa di tutti i processi comunicativi che le persone e le organizzazioni si trovano ad affrontare a livello interpersonale e organizzativo anche in una prospettiva interculturale. L'obiettivo principale del suo lavoro risiede nella ricerca sulla e nella formazione alla comunicazione verbale, paraverbale, non-verbale, visiva, multimediale, digitale e organizzativa. Gli esperti di Key & Key Communications offrono ricerche e corsi di formazione ad hoc elaborando metodi innovativi e materiali didattici in comunicazione interpersonale e interculturale, e forniscono la gestione visiva in progetti finanziati dall'UE (design di sito web, materiale informativo, pubblicazioni ecc.)

I soci di Key & Key provengono da paesi diversi e possono essere specializzati in uno dei molti campi della comunicazione o semplicemente essere interessati in questo settore. Da molti anni, formatori di comunicazione della Key & Key tengono seminari per dipendenti pubblici di ospedali, enti locali o altre amministrazioni pubbliche, concentrandosi sulla comunicazione istituzionale e interculturale. Pertanto dalla fine degli anni Novanta, pubblici ufficiali e funzionari in particolare nel loro ruolo di 'adulti-in-contatto-con-la-mobilità' (vale a dire con 'migranti'), nonché migranti come 'adulti-in-mobilità' sono diventati i suoi principali gruppi target, affrontando la complessa interazione tra i membri di questi due gruppi nelle interazioni di servizio pubblico.

Questa esperienza pratica ha portato alla partecipazione in progetti cofinanziati dall'UE: SPICES (2005-2007), e-SPICES (2008-2010) e recentemente, a parte ARTERY, anche BRIDGE-IT (2010-2012) in cui Key & Key è altrettanto un partner.

Contatto:

Key & Key Communications

Via Carducci 28, 06053 DERUTA (PG), Italia

Tel.: +39 075 974998

Fax: +39 075 974275

www.keyandkey.it

keyandkey@keyandkey.it

Per ulteriori attività legate all'arte e per materiali formativi visitate:

www.trainingspices.net

Website di "SPICES - Social Promotion of Intercultural Communication Expertise and Skills" 224945-CP-1-2005-1-IT-GRUNDTVIG-G11 (finanziato con il supporto della Commissione Europea). Il progetto di corso di formazione SPICES, rivolgendosi a formatori e facilitatori in comunicazione interculturale, ha disegnato delle Linee Guida

(SPICES Guidelines, Klein et al. 2007) in sei lingue (EN, BG, ES, DE, IT, SL) offrendo strumenti specifici per la creazione di materiale di formazione in comunicazione interculturale tra migranti come ‘adulti-in-mobilità’ e dipendenti pubblici come ‘adulti-in-contatto-con-la-mobilità’.

www.e-spices.net

e-SPICES - electronic Social Promotion of Intercultural Communication Expertise and Skills 2008-1-IT2-GRU06-00547 1 (finanziato con il supporto della Commissione Europea). Il partenariato di apprendimento Grundtvig e-SPICES, in cui Key & Key era un partner associato, ha riflettuto sulle possibilità di creare materiali di apprendimento online basati sull’esperienza raccolta in SPICES.

<http://bridge-it.communicationproject.eu>

Be Relevant to Intercultural Diversity Generation in Europe - Integration Team 510101-LLP-1-2010-1-IT-GRUNDTVIG-GMP (finanziato con il supporto della Commissione Europea). Il Progetto Multilaterale Grundtvig BRIDGE-IT, rivolgendosi direttamente a migranti e pubblici dipendenti, disegna eventi di apprendimento online per facilitare la comunicazione interculturale tra questi due gruppi target con particolare attenzione a situazioni di ‘primo-impatto’.

Kirkkopalvelut ry, Centro per l’Educazione e la Formazione “Agricola”



La Kirkkopalvelut ry è un’associazione finlandese, gestita dalla Church Resources Agency. La sua unità Centro di Educazione e Formazione, chiamato “Agricola”, che partecipa al progetto ARTERY, è formata da una scuola professionale e una folk high school (letteralmente: un’università popolare, in Italia spesso chiamata “Università per la terza età”) che offre una vasta gamma di formazione preparatoria e di riabilitazione per studenti con bisogni speciali. Il programma comprende arti visive, musica, teatro, pupazzi, artigianato, fotografia e scrittura. I corsi sono integranti: le persone senza disabilità incontrano studenti con difficoltà di apprendimento, favorendo l’auto-sviluppo di entrambi i gruppi. Il Centro di Educazione e Formazione “Agricola” offre anche formazione professionale per chi lavora con tossicodipendenti, con persone convalescenti da deficit mentali e con persone anziane.

Il Centro “Agricola” fornisce servizi educativi in svariati settori. Offre formazione professionale per giovani e adulti, nonché formazione preparatoria e riabilitativa per studenti che necessitano di un sostegno speciale. Corsi brevi offerti presso il Centro “Agricola” danno un’opportunità di sviluppo personale e professionale attraverso una formazione professionale in tre settori dell’istruzione:

- ◇ Scienze umane e della formazione (educatori per l’infanzia)
- ◇ Servizi sociali, salute e sport (infermieri)
- ◇ Turismo, ristorazione e servizi domestici (operatori domestici).

Per gli adulti il Centro “Agricola” offre una vasta scelta tra titoli avanzati e di specializzazione, per esempio Qualificazione Avanzata nel Lavoro di Assistenza per Abuso di Sostanze Stupefacenti, Qualificazione Avanzata per Assistenti per Bisogni Speciali negli istituti scolastici, Qualificazione Avanzata per Sagrestano, Qualificazione specialistica in Cura Psichiatrica e Qualificazione Avanzata in Teatro e Teatro di Figure.

Il Centro “Agricola” ha una lunga tradizione nell’applicare arte, teatro, musica e teatro di figure nella formazione di tutti i tipi di discenti. Nel periodo 2009-2011 ha svolto un progetto nazionale di teatro, sotto la supervisione di registi professionisti, in cui studenti provenienti da diversi gruppi hanno lavorato insieme e hanno effettuato le proprie versioni delle pièces di William Shakespeare “La Tempesta”, “Romeo e Giulietta” e “Il sogno di una notte di mezza estate”.

Il Centro “Agricola” collabora con il Centro di Riabilitazione Vaalijala nonché con numerose case-famiglia e unità abitative di supporto.

Contatto:

Kirkkopalvelut ry

Koulutuskeskus Agricola (Agricola Centre for Education and Training)

Huvilakatu 31

76130 Pieksämäki, Finlandia

Tel.: +358 207 542 500

Fax: +358 207 542 595

www.kkagricola.fi

www.kirkkopalvelut.fi

toimisto@kkagricola.fi

Per ulteriori attività legate all’arte e per materiali formativi visitate:

<http://kaskasper2011.blogspot.com/>

Questo è un blog del gruppo “Kasvua käsillä”. I discenti fanno arte e oggetti fatti a mano.

Fondazione INTRAS



INTRAS, che sta per “Ricerca e Cura in Salute Mentale“, è un’organizzazione non-profit. Soprattutto attraverso la progettazione e lo sviluppo di programmi educativi e di formazione, riabilitazione psicosociale, psicoterapie d’intervento e consulenza per l’orientamento professionale mira a migliorare la qualità della vita delle persone con disturbi mentali. INTRAS è composto da 8 centri e 80 professionisti provenienti da settori psicologici, educativi e sociali, che combinano assistenza sanitaria, formazione e ricerca. Diverse strutture sono gestite dalla Fondazione: il Centro di Riabilitazione Psicosociale, il Centro di Riabilitazione al Lavoro, la Casa Residenziale, Asili Nido e Scuole d’infanzia, Centri Educativi e appartamenti terapeutici, che offrono risorse per sostenere i nostri gruppi target. Per quanto riguarda l’apprendimento permanente, INTRAS offre ad adulti con malattie mentali l’opportunità di studiare. A coloro, che hanno abbandonato gli studi e/o vogliono aumentare il loro livello di conoscenza oppure ottenere l’accesso all’istruzione superiore, sono date non solo abilità di base, ma anche basi adeguate di conoscenza e di abilità sociali in modo da facilitare la loro integrazione nel mercato del lavoro.

Dal 2007 la Fondazione INTRAS detiene un Marchio Europeo di Business Excellence dato da EFQM - European Foundation for Quality Management (Fondazione Europea per la Gestione della Qualità). Anni di lavoro professionale hanno portato INTRAS una solida esperienza ed eccellenti referenze sia nel campo dei progetti europei sia nello sviluppo di programmi per la riabilitazione psicosociale, l’intervento e il trattamento della salute mentale. Negli ultimi cinque anni la Fondazione ha contratto e gestito 25 progetti finanziati da programmi comunitari. Inoltre INTRAS è membro attivo della rete Mental Health Europe (MHE), della European Platform for Rehabilitation (EPR) e del Humanitarian and Social Committee in Europe (HUSCIE).

INTRAS è costantemente alla ricerca di partner per scambiare esperienze, condividere conoscenze e nuove pratiche e di sviluppare iniziative innovative in materia di apprendimento permanente, inclusione sociale e integrazione del mercato del lavoro. Siamo fermamente convinti che la cooperazione tra tutti gli attori coinvolti nel settore e, soprattutto, tra paesi darà un valore aggiunto europeo alle attività locali. Se lavorate nel campo e siete interessati a collaborare con noi nello sviluppo di nuove idee, non esitate a contattarci!

Contatto:

Fundación INTRAS
Santa Lucía, 19, 1
47005 Valladolid (Spagna)
+34 983399633
intras@intras.es
www.intras.es

Per ulteriori attività legate all'arte e per materiali formativi visitate:

<http://mirope.intras.es>

Nuove idee nonché materiali e risorse supplementari che potrebbero contribuire a migliorare le vostre tecniche ed esperienze nell'usare l'arte nel campo educativo.

“Mirroring Europe” (MIROPE) è un progetto sviluppato nel quadro del Programma “Europe for Citizens” / “Europa per i Cittadini”, finanziato dalla Commissione Europea.

<http://suvot.intras.es>

Una metodologia innovativa che combina psicodramma e cucina, indirizzata soprattutto a persone con malattie mentali.

“Spicing Up Vocational Training” (SUVOT) è un progetto sviluppato nell'ambito del Programma di Apprendimento Permanente (2007 - 2013), Progetto Multilaterale Leonardo da Vinci per lo Sviluppo dell'Innovazione, finanziato dalla Commissione Europea.

<http://www.isabelproject.eu>

Pratiche innovative per l'empowerment delle comunità, rafforzare i legami interpersonali e interculturali, ottenendo che le comunità parlino tra di loro, per promuovere la crescita personale e collettiva e per aumentare le possibilità delle persone garantendo che le loro voci siano ascoltate.

“Interactive social media for integration skills bartering empowerment informal learning” (ISABEL) è un progetto sviluppato nell'ambito del programma di apprendimento permanente (2007 - 2013), ITC KA3, finanziato dalla Commissione Europea.

EST Centro di Apprendimento Permanente

EST è un centro di educazione per adulti fondato nel 1994. Esso offre la seguente gamma di corsi: corsi di lingua straniera, laboratori in TIC e corsi in abilità comunicative. Questo è un programma completo tramite cui insegnare le competenze chiave a studenti adulti, tra cui discenti svantaggiati. Dal 2008 sta gestendo un Centro aperto di Integrazione Sociale e della formazione professionale PRACOWNIA offrendo abilità di base in combinazione con l'orientamento professionale e psicologico a giovani che vivono al margine della società a causa di povertà, disoccupazione o basso livello di qualificazione.

EST è stato responsabile della valutazione di quattro progetti multilaterali nei campi relativi ad ARTERY - tre dei quali hanno impiegato tecniche artistiche/teatrali nell'istruzione (sociodramma, biblio-dramma, arti visive e laboratori teatrali per gruppi svantaggiati). Il quarto progetto invece era incentrato sul migliorare le abilità comunicative di adulti socialmente vulnerabili. Questa esperienza ha una diretta rilevanza per il nostro attuale ruolo come valutatore interno al progetto ARTERY.

Contatto:

Placówka Kształcenia Ustawicznego EST

Al. M.B. Fatimskiej 66

34-100 Wadowice, Poland

Tel./fax: +48 33 8739874

www.est.edu.pl

est@est.edu.pl

Per ulteriori attività legate all'arte e per materiali formativi visitate il nostro sito e in particolare la sezione dei progetti.





-
-
-
-
-
-
-
-

abilità



L'idea che il teatro favorisce le abilità sociali è stata a lungo sostenuta da terapeuti teatrali e alcuni psicologi ed educatori speciali. Numerosi studi dimostrano i benefici educativi di attività teatrali, soprattutto per persone in situazioni vulnerabili imparando e praticando nuove abilità e comportamenti sociali. Slade (1998), un pioniere del teatro come strumento per il cambiamento, ha posto l'accento sul contributo che le forme teatrali possono dare allo sviluppo del sé sociale.

Sembra ci sia consenso sui contributi positivi che il teatro fornisce ai campi socio-educativi. Secondo le conclusioni della V Internazionale di Teatro e Istruzione, Salute Mentale di Barcellona (2009), professionisti del dramma credono che la salute mentale e i campi di istruzione avrebbero dovuto guardare più frequentemente ai vantaggi che l'attività teatrale possa portare ad alcuni gruppi. Operatori teatrali e docenti universitari hanno esaminato vari modi in cui il teatro può essere utilizzato come uno strumento utile ed efficace per migliorare una serie di aspetti dello sviluppo sociale degli individui. Le tecniche teatrali sono state utilizzate, per molti anni, in contesti comunitari per promuovere lo sviluppo delle abilità sociali delle persone socialmente svantaggiate e/o a rischio di esclusione sociale. Specialisti del dramma hanno attribuito la loro efficacia, tra l'altro, al racconto, alla rappresentazione, alla recita, al processo di gruppo.

Chiarire cosa si intende per abilità sociale che ci rende socialmente competenti è il punto di partenza per la riflessione su come le tecniche del teatro possono essere applicate per rafforzare lo sviluppo di competenza sociale. Ma non vi è (o molto poco) consenso su una definizione unica di abilità sociale. Dodge (1985) suggerisce che il numero di definizioni è simile al numero di ricercatori in questo campo.

In realtà, diverse definizioni di abilità sociale sono state elaborate negli ultimi anni. Queste includono la definizione di valore sociale, la definizione di accettazione tra pari e la definizione comportamentale.

Secondo la definizione di valore sociale, le abilità sociali sono i comportamenti mostrati nelle diverse situazioni che contribuiscono a realizzare importanti risultati sociali (Gresham & Eliot, 1987). Questi risultati sociali includono avere amici, essere popolare o apprezzato da altre persone e di impegnarsi in un'efficace interazione sociale con coetanei. Il valore sociale dell'abilità sociale incorpora la differenziazione di competenze e abilità. Secondo McFall (1982), la competenza sociale può essere definita come una valutazione delle prestazioni di una persona relativamente a un compito sociale, e l'abilità sociale è l'effettiva capacità di eseguire un compito sociale in modo competente. Questo è importante per valutare le abilità sociali di persone vulnerabili, perché una persona può non avere un'abilità necessaria per negoziare con successo una situazione sociale, e l'intervento può aiutare a migliorare quest'abilità. In modo simile Schlundt e McFall (1985) hanno definito competenza sociale come l'efficacia delle prestazioni di un individuo in un determinato compito, e le abilità sociali come i processi di componenti che permettono all'individuo di comportarsi in maniera competente nello svolgere un determinato compito, assumendo che compiti differenti richiedono abilità differenti. Venti anni più tardi, il Parlamento europeo (Raccomandazione 2006/962/CE) propone una definizione di competenza sociale in riferimento a competenze personali, interpersonali e interculturali e tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale. Ciò è connesso al benessere personale e sociale.

La definizione di accettazione tra pari si basa sul presupposto che le persone sono socialmente competenti se sono accettate dai loro coetanei, colleghi, amici ecc. Uno dei principali svantaggi di questa definizione è che i comportamenti specifici che portano all'accettazione o al rifiuto di una persona da parte dei compagni non

possono essere identificati. Quindi, anche se questa definizione fornisce un criterio utile per lo screening e per la valutazione del risultato, è di scarsa utilità per elaborare strategie e programmi di formazione per lo sviluppo di abilità sociale.

Nella definizione comportamentale di abilità sociali comportamenti socialmente qualificati come abili sono caratterizzati come comportamenti esibiti in situazioni specifiche in cui vi è la massima probabilità di rinforzo sul proprio comportamento sociale. Sulla base di questa definizione Michelson, Sugai, Wood e Kazdin (1983) hanno individuato sette presupposti importanti per la concettualizzazione delle abilità sociali e per lo sviluppo di strategie, programmi e attività rivolte a persone con deficit in abilità sociali. Inoltre, questi punti riguardano l'idea che il concetto di abilità sociale è più legato alla situazione e basato sull'apprendimento del concetto di personalità o quello genetico. Questi sette presupposti sono:

- 1) Abilità sociali sono principalmente acquisite attraverso l'apprendimento (ad esempio l'osservazione, la modellazione, le prove e il feedback).
- 2) Abilità sociali comprendono comportamenti verbali e non-verbali.
- 3) Abilità sociali comportano iniziazioni efficaci e adeguate nonché delle risposte.
- 4) Abilità sociali massimizzano il rinforzo sociale.
- 5) Abilità sociali sono interattive di natura e implicano reattività effettive e appropriate.
- 6) L'esecuzione di abilità sociali è influenzata dalle caratteristiche di un ambiente.
- 7) Deficit ed eccessi nella performance sociale possono essere specificati e oggetti di interventi mirati.

Benché pensiamo a volte che sia difficile incapsulare un programma e una metodologia di formazione per abilità sociali in uno solo di questi tre approcci, i partner di ARTERY concordano sul mettere l'accento sul lato comportamentale, piuttosto che su quello dell'accettazione tra pari o del valore di aspetti sociali. Tuttavia, le numerose definizioni che vari esperti hanno fornito sotto l'approccio comportamentale delimitano i contenuti, le conseguenze o talvolta entrambi gli aspetti del comportamento socialmente qualificato come abile. Alcune di queste definizioni sono:

Benché pensiamo a volte che sia difficile incapsulare un programma e una metodologia di formazione per abilità sociali in uno solo di questi tre approcci, i partner di ARTERY concordano sul mettere l'accento sul lato comportamentale, piuttosto che su quello dell'accettazione tra pari o del valore di aspetti sociali. Tuttavia, le numerose definizioni che vari esperti hanno fornito sotto l'approccio comportamentale delimitano i contenuti, le conseguenze o talvolta entrambi gli aspetti del comportamento socialmente qualificato come abile. Alcune di queste definizioni sono:

Rimm (1974): "Interpersonal behaviour that implies the honest and relatively direct expression of feelings" ["Il comportamento interpersonale che implica l'espressione onesta e relativamente diretta dei sentimenti"; trad. it.]

Alberti and Emmons (1978): “Behaviour which allows a person to act according to his most important interests, to defend himself without inappropriate anxiety, to comfortably express honest feelings or exercise the personal rights without denying others their rights”. [“Un comportamento che permette a una persona di agire secondo i suoi interessi più importanti, di difendersi senza ansia inappropriata, di esprimere agevolmente sentimenti onesti o di esercitare i diritti personali, senza negare ad altri i loro diritti”]; trad. it.]

Kelly (1982): “Mixture of identifiable and learned behaviour which individuals use in interpersonal situations to obtain or maintain the reinforcement of their environment”. [“Miscela di comportamento identificabile e appreso che gli individui utilizzano in situazioni interpersonali per ottenere o mantenere il rafforzamento del loro ambiente”]; trad. it.]

L’esperienza dimostra che il comportamento socialmente abile deve essere definito attraverso obiettivi o scopi che vogliamo raggiungere. Situazioni di vita quotidiana dimostrano che è importante raggiungere i nostri obiettivi, mantenendo una buona atmosfera con le nostre relazioni sociali. Perciò una buona definizione di abilità sociale sarebbe quella che contenga entrambi gli aspetti. I seguenti autori cercano di catturare questo quando definiscono il comportamento socialmente abile come comportamento che comprende sia il comportamento esibito, in termini di contenuti di abilità sociali sia i risultati conseguiti da tali reazioni:

Phillips (1978): “Degree in which a person can communicate with others in a way that satisfies their own rights, needs, pleasures and obligations with a reasonable degree without damaging the rights, needs, pleasures or similar obligations of another person and in which they share with others a free and open interchange”. [“Grado con cui una persona riesce a comunicare con gli altri in un modo che soddisfi i propri diritti, bisogni, piaceri e doveri con un ragionevole grado senza danneggiare i diritti, bisogni, piaceri o doveri analoghi di un’altra persona e in cui condividono con altri uno scambio libero e aperto”]; trad. it.]

Caballo (1986): “Mixed behaviour emitted by an individual in an interpersonal context that expresses feelings, attitudes, desires, opinions or rights of this individual in an adequate way to the situation, respecting other people’s behaviour, and who generally resolves problems immediately, whilst they minimize the probability of future problems”. [“Il comportamento misto emesso da un individuo in un contesto interpersonale che esprime sentimenti, atteggiamenti, desideri, opinioni o diritti di questa persona in modo adeguato alla situazione, rispettando il comportamento altrui, e che generalmente risolve immediatamente i suoi problemi, minimizzando la probabilità di problemi futuri”]; trad. it.]

Nella vita della comunità un comportamento sociale appropriato può essere anche più importante di abilità accademiche o di lavoro nel determinare se si è percepita come persona competente (Black & Langone, 1997). Ad esempio, Holmes e Fillary (2000) hanno indagato sulla capacità di adulti con lievi disabilità cognitive di im-

pegnarsi in modo appropriato nella “chiacchierata” che fa parte di qualunque posto di lavoro. Hanno rilevato che lavoratori con disabilità cognitive che dimostrano competenza in abilità sociali sono generalmente percepiti in modo più positivo rispetto a coloro che non possiedono tali abilità, indipendentemente dal livello di abilità legata all’esecuzione di compiti. L’idea che la competenza nell’uso di abilità sociali porterà a una percezione positiva delle persone disabili può essere estesa ad altri gruppi vulnerabili, quali le persone senza fissa dimora, migranti, studenti con bisogni speciali, persone che soffrono di disabilità cognitive, giovani provenienti da famiglie a rischio, giovani autori di reato, vittime di dipendenze da alcool e droga, cittadini anziani e tutti coloro esclusi dalla vita sociale e culturale dominante.

Chiunque abbia cercato di migliorare le abilità sociali di un’altra persona sa che ci sono sfide significative da superare. Perché si vuole migliorare le abilità sociali delle persone vulnerabili? Molto probabilmente si cerca di evitare (1) le conseguenze negative di abilità sociali inadeguate, compresa la solitudine, la perdita del posto di lavoro, o l’imbarazzo di interagire nelle comunità sociali, e (2) godere dei vantaggi di avere delle buone abilità sociali, come l’amicizia, accettazione da parte degli altri, e buone relazioni a livello di comunità. Tuttavia, le persone devono condividere la necessità che una certa abilità venga insegnata. In un ambiente di formazione, i formatori possono aiutare i discenti a identificare l’abilità sociale necessaria per il raggiungimento degli obiettivi per loro importanti.

Avendo sperimentato che la mancanza di abilità sociali costituisce una barriera per il successo in molte aree della vita (soprattutto per i gruppi più vulnerabili), insegnanti, educatori, terapeuti e artisti che hanno partecipato al progetto ARTERY, in particolare nella fase pilota (lo sviluppo di laboratori teatrali - vedi CD-rom allegato), hanno accettato di identificare alcune abilità sociali che mancano nei gruppi target con cui stanno lavorando nelle loro rispettive organizzazioni (persone con disabilità, malattia mentale, senza fissa dimora e migranti). Lo sviluppo di autostima, comunicazione, problem solving, entusiasmo e speranza per affrontare il futuro, riconoscere e gestire i sentimenti, identificare e capire l’altro sono solo alcune di queste abilità. Il suo sviluppo influenza il processo decisionale e l’attuazione di queste abilità, la capacità di far fronte ai problemi e alla fine di aumentare il controllo sulla propria vita nella società, in altre parole, di partecipare in modo efficace e costruttivo in diversi ambiti della vita. Lo sviluppo di autostima, comunicazione, problem solving, entusiasmo e speranza per affrontare il futuro, riconoscere e gestire i sentimenti, identificare e capire l’altro sono solo alcune di queste abilità. Il suo sviluppo influenza il processo decisionale e l’attuazione di queste abilità, la capacità di far fronte ai problemi e alla fine di aumentare il controllo sulla propria vita nella società, in altre parole, di partecipare in modo efficace e costruttivo in diverse aree della vita.

Sulla base delle esperienze nell’ambito del progetto ARTERY abbiamo individuato sette abilità sociali che sembrano mancare nei gruppi target delle organizzazioni ARTERY. Essi sono i seguenti:

1. L'autostima e la fiducia con una visione positiva della vita

L'autostima è legata a un modo positivo di percepire se stessi e avere fiducia nel futuro, che a sua volta è in qualche modo legato alla motivazione, ma anche a fattori importanti quali il livello di energia per affrontare sfide, la capacità di far fronte a cambiamenti e nuove situazioni, la capacità di prendere decisioni proprie. Tale percezione può coincidere o meno con ciò che altre persone percepiscono di noi. L'autostima è legata ad altre abilità sociali condizionandole e in particolare la nostra capacità di interagire con la società.

2. Riconoscere e gestire i sentimenti

Questa capacità è molto importante per lo sviluppo sociale e coinvolge non solo il riconoscimento di ciò che sentiamo e perché ci sentiamo in quel modo, ma anche la gestione delle emozioni che si innescano e la capacità di discutere di ciò che sentiamo. Abbiamo tutti dei sentimenti, ma non siamo sempre in grado di riconoscerli e di parlarne, benché influenzino il nostro comportamento e la nostra capacità di risolvere problemi e affrontare nuove sfide. Tale capacità è correlata alla capacità di leggere sia i messaggi non-verbali (gesti, posture, contatto visivo ecc.) sia i segnali paraverbali (intonazione, volume, tono di voce) inviati durante la comunicazione dagli altri e da noi stessi. Tutto ciò è direttamente collegato all'empatia.

3. Empatia e assertività, inclusa la comprensione della diversità

Identificare ciò che gli altri sentono e comprendere i loro sentimenti equivale a entrare in empatia; ma per fare ciò, dobbiamo essere consapevoli dei nostri sentimenti. La capacità di leggere i sentimenti degli altri e rispettare la diversità e ciò che gli altri sentono nonché noi stessi, è essenziale se non vogliamo cadere in stereotipi come il razzismo, il sessismo, l'omofobia ecc. Questa capacità ci aiuta a formare rapporti basati sul rispetto e sulla crescita di tutti i membri del gruppo, in cui le differenze sono valorizzate e sostenute da tutti.

4. Abilità di comunicazione

Tutte le interazioni tra le persone comprendono la comunicazione, per cui molti dei conflitti nascono dalla sua mancanza. La capacità di interpretare i messaggi, le espressioni facciali e i sentimenti è molto importante. Il rapporto con gli altri dipende in gran parte dalla comunicazione efficace delle intenzioni senza provocare sentimenti negativi nella persona che riceve il messaggio. Tale insieme di abilità potrebbe essere formato, tra l'altro, dalle seguenti sub-abilità: comunicazione verbale, ricevere e dare feedback, corretta espressione dei sentimenti, porre domande e rispondere in modo appropriato, corretto trattamento dei messaggi verbali (quando sono coinvolte le parole), dei messaggi paraverbali (quando è coinvolta la voce, come ad esempio l'intonazione ecc.), dei messaggi non-verbali (gesti, postura, contatto visivo ecc.) e dei messaggi visivi.

5. Abilità interpersonali per la co-operazione con altri

Queste abilità ci permettono di interagire con persone di diversa provenienza, di ricevere e dare assistenza, di sviluppare relazioni con gli altri, fiducia e disponibilità, di rafforzare e ricevere il sostegno positivo pur accettando critiche costruttive. Questo insieme di abilità è in gran parte legato ad altre abilità quali l'autostima, l'empatia, la comunicazione ecc.

6. Abilità di risolvere problemi, di negoziare e di pianificare

La capacità di risolvere problemi è legata alla loro identificazione e all'adeguatezza della risposta. Quando la soluzione di problemi si ottiene all'interno di un gruppo, ciò è legato alla capacità di negoziare, di individuare ciò che vogliamo risolvere, come vogliamo risolverlo e comprendere ciò che il resto del gruppo sta cercando. Imparare altri punti di vista e la capacità di gestire le nostre emozioni, sono alcune delle abilità necessarie in aggiunta a quelle sopra elencate. Saper pianificare è anche interconnesso con la capacità di risolvere problemi e prendere decisioni e comprende l'identificazione dei propri desideri e obiettivi, cercando possibili vie per raggiungerli, selezionando le misure più idonee da seguire per obiettivi a breve termine, e valutare i risultati alla fine del processo.

7. Creatività

La creatività può essere trovata in ciascuna delle abilità menzionate ed è una componente essenziale per le attività che verranno sviluppate nel capitolo successivo. Ad esempio, è necessario per la risoluzione dei conflitti, la riflessione, la valutazione di opzioni, la negoziazione, le decisioni da prendere, la comunicazione ecc. e, naturalmente, è formata da altre abilità. La creatività nasce con la conoscenza, la pratica, l'autostima e altro. Pertanto, sviluppando altre abilità, sviluppiamo anche la capacità di creare e, contemporaneamente, di arricchire la nostra vita dal punto di vista sia emotivo che cognitivo.

Inoltre, si noterà che molte attività sviluppate in questo Manuale vertono su valori che facilitano l'integrazione sociale delle persone vulnerabili, compresi i codici comportamentali, la mancanza di impegno verso i valori convenzionali ecc. Ci riferiamo ai valori che influiscono sullo stile di vita dei gruppi vulnerabili, quali la sensibilità ai diritti di altre persone, l'ammirazione per le attività che vengono svolte da altri, tentare di ottenere una buona istruzione e comprenderne l'importanza, il rifiuto di essere coinvolti nell'abuso di droghe, il rispetto ecc. Avere un giusto sistema di valori e un atteggiamento positivo verso la vita è essenziale per affrontare le sfide e avere relazioni soddisfacenti con il resto della comunità. Il prossimo capitolo descrive le esperienze basilari delle organizzazioni di ARTERY e offre una serie di attività e suggerimenti pratici per sviluppare e/o rafforzare le abilità sopra menzionate utilizzando l'arte e il teatro.

ABILITÀ SOCIALI IMPORTANTI PER

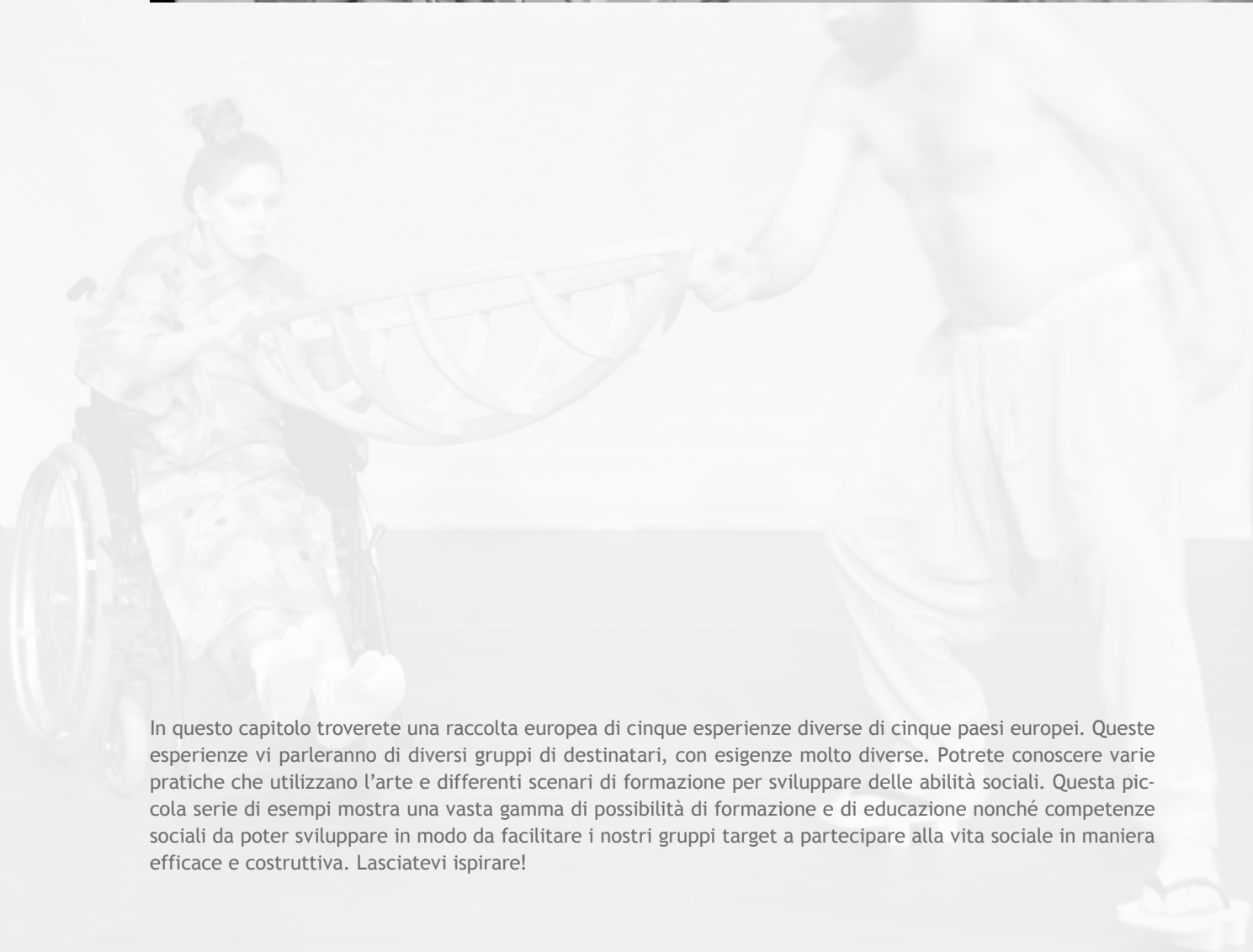
I GRUPPI TARGET. STRUMENTI E ATTIVITÀ



-
-
-
-
-
-
-
-

CAPITOLO 5

strumenti



In questo capitolo troverete una raccolta europea di cinque esperienze diverse di cinque paesi europei. Queste esperienze vi parleranno di diversi gruppi di destinatari, con esigenze molto diverse. Potrete conoscere varie pratiche che utilizzano l'arte e differenti scenari di formazione per sviluppare delle abilità sociali. Questa piccola serie di esempi mostra una vasta gamma di possibilità di formazione e di educazione nonché competenze sociali da poter sviluppare in modo da facilitare i nostri gruppi target a partecipare alla vita sociale in maniera efficace e costruttiva. Lasciatevi ispirare!

PERSONE DISABILI, BAMBINI E ADOLESCENTI DI FAMIGLIE A RISCHIO, GIOVANI AUTORI DI REATO, VITTIME DI ALCOOL E DI DIPENDENZA DA STUPEFACENTI, CITTADINI ANZIANI E TUTTI COLORO ESCLUSI DALLA VITA SOCIALE E CULTURALE DOMINANTE.

L'ESPERIENZA DELL'ASSOCIAZIONE TEATRO GRODZKI

Durante i laboratori ARTERY abbiamo incontrato due gruppi di teatro: uno per le persone con disabilità e un altro per giovani che hanno bisogno di sostegno e gli adulti con disabilità. Quest'ultimo gruppo integrato denominato Grodzki Teatro Junior ha preparato uno spettacolo "La montagna incantata", basata sul romanzo di Thomas Mann. È stato presentato al Festival di PAT organizzato dalla polizia polacca. In questo libro ci siamo concentrati sul gruppo di teatro per persone con disabilità fisiche, cognitive e affettivo-emotive; è stato eseguito nel centro diurno durante i nostri Laboratori di Terapia Occupazionale in arti e abilità per l'autonomia personale frequentati da 30 partecipanti. Nel nostro Centro di Terapia Occupazionale i Laboratori Teatrali vengono eseguiti tre volte a settimana per due ore per quei partecipanti che hanno deciso di partecipare alla preparazione di uno spettacolo.

I beneficiari vogliono avere successo e ne hanno bisogno, e il compito di un educatore di teatro è quello di far loro raggiungere il successo sul palco. "È necessario dare loro una sensazione di un lavoro ben fatto" - sottolinea Barbara Rau, che gestisce dal 1999 gruppi di teatro all'Associazione Teatro Grodzki, lavorando principalmente nei Laboratori di Terapia Occupazionale.

TROVANDO LA LORO STRADA

Il compito principale dei laboratori di terapia occupazionale gestiti dall'Associazione Teatro Grodzki è la riabilitazione sociale e professionale di ciascun partecipante, allo scopo di auto-sviluppo, aumento dell'abilità fisica, assertività, di riuscire a far fronte alle attività quotidiane e di aver una vita indipendente nella società. Vengono impiegati educatori di laboratorio qualificati, uno psicologo e uno specialista di riabilitazione. Quando i beneficiari sono stati accettati per tre anni di terapia occupazionale, vengono intervistati in termini di abilità sociale. In seguito vengono preparati orari personali sia per le attività individuali che per quelli di gruppo in base alle loro esigenze. Le prime sei settimane di Laboratori di Terapia Occupazionale sono dedicate alla conoscenza di tutte le sei unità: Laboratorio di Giornalismo e di Fotografia, Laboratorio Terapeutico, Laboratorio di Design, Laboratorio di Sartoria, Laboratorio di Falegnameria, Laboratorio Familiare. Successivamente un partecipante sceglie due Laboratori che lui o lei frequenterà per 3 anni.

IL POTERE DELL'ARTE

Il motto dell'Associazione Teatro Grodzki è che ognuno ha il diritto di esprimere se stesso artisticamente. Arte e creatività contribuiscono ad abbattere le barriere e motivare le persone a cambiare le loro vite - a raccogliere nuove sfide educative o di formazione professionale. La convinzione che il coinvolgimento del gruppo in attività creative e artistiche conduce all'auto-sviluppo dei partecipanti è alla base dell'Associazione Teatro Grodzki. I suoi fondatori, Jan Chmiel e Tomasz Zielinski, entrambi impegnati professionalmente nel campo delle arti, avevano eseguito laboratori teatrali e musicali per i diversi gruppi di bambini socialmente vulnerabili, adolescenti e adulti, e potevano vedere i loro effetti sui partecipanti.

“Il teatro è magia. Improvvisamente un gruppo di dieci persone di varie età, con vari disturbi e problemi di vita, si riunisce, e vuole praticare. Se avvicinaste qualcuno per strada e chiedeste alla persona di agire in uno spettacolo, direbbe: ‘Sparisci!’ E qui, in un gruppo, sul palco, una cosa straordinaria accade: Un’unità di azione “

[Jan Chmiel; fondatore e direttore dell'Associazione Teatro Grodzki]

Il teatro è un'arte sociale - accade per le persone e con le persone. È stato il componente principale della terapia basata sulle arti utilizzata dall'Associazione Teatro Grodzki per gli ultimi 11 anni con vari gruppi vulnerabili. Uno degli obiettivi è quello di sviluppare abilità sociali - cooperando con altri, lavorando in un team, migliorando le abilità di comunicazione e assumendo nuovi compiti e sfide. Attività teatrali sono anche focalizzate sull'auto-sviluppo di ogni partecipante - sempre più fiducioso e aperto, e imparando a credere nelle proprie capacità e nei propri talenti. Un altro punto importante del lavoro teatrale presso l'Associazione è la forma artistica e di espressione, stimolando la creatività e la passione artistica.

“Laboratori teatrali sono associati al distribuire testi, memorizzarli e rappresentare la situazione sul palco. Cominciamo con il conoscere i membri del gruppo e con il conoscere loro se stessi e il loro potenziale. Attività di questo tipo permettono di guardare al teatro da una prospettiva diversa e di mettere a fuoco le abilità dormienti che ognuno possiede” [Jan Chmiel; fondatore e direttore dell'Associazione Teatro Grodzki]

“Mi piace recitare. Miglioriamo con ogni spettacolo.” [Marlena]

“Per me questa è una continuazione del processo di apertura, cambiando attraverso la cooperazione con la gente.” [Alina]

La forma d'arte più caratteristica utilizzata nell'Associazione Teatro Grodzki è il teatro visivo (burattini, maschere, materiali di grandi dimensioni). La gestione di un burattino non è necessariamente una difficoltà agiuntiva per le persone con disabilità, ma rende possibile una migliore espressione e comunicazione. Avere un

oggetto in mano attraverso il quale si può parlare al pubblico rende l'azione più facile e spesso ottiene risultati migliori con i gruppi socialmente più vulnerabili. L'attenzione dell'attore si concentra sul burattino/materiale e non tanto sul pubblico riducendo così la paura da palcoscenico. Rende i partecipanti meno consapevoli e meno concentrati sulle loro disabilità. Laboratori teatrali gestiti dall'Associazione comprende anche fare pupazzi - un compito delegato agli specialisti nei teatri professionali. Questa attività, insieme all'animare i pupazzi, sviluppa delle abilità manuali, migliorando la condizione fisica e l'equilibrio.

Quando si discute sulle arti-per-abilità-sociali, una domanda sorge spontanea: Quali forme si adattano meglio alle esigenze delle persone con difficoltà di apprendimento e disabilità cognitiva? Alcuni registi teatrali, formatori e operatori di ONG ritengono che i partecipanti dovrebbero, soprattutto, godere di ciò che stanno facendo e che il livello di difficoltà dovrebbe essere adattato alle loro capacità, cioè abbassato. Questo spesso porta a vestire le persone come rane, funghi, piccoli cappuccetti rossi o gnomi. Questo dovrebbe essere più vicino alla loro comprensione cognitiva del mondo piuttosto che i raffinati spettacoli con pupazzi. È, infatti, uno sforzo maggiore, e talvolta anche una lotta per preparare un gioco sofisticato, con una trama complessa, piuttosto che impegnarsi in spettacoli da scuola materna. Invece, le produzioni infantili richiamano l'attenzione sul fatto che gli attori sono disabili. I partecipanti sono messi in ruoli stereotipati, i loro limiti sottolineati sul palco. All'Associazione Teatro Grodzki riteniamo che adulti con disabilità non devono essere vestiti come bambini, in quanto ciò può avere un effetto umiliante e pietoso. Non sono alunni di scuola materna e il compito di un formatore è quello di insegnare loro a vivere in modo più indipendente possibile nel mondo degli adulti. "È fondamentale trovare mezzi teatrali tali che consentano a una persona di diventare più di quello che è, di andare oltre i propri limiti" - dice Barbara Rau, una delle formatrici più esperte dell'Associazione Teatro Grodzki. E aggiunge: "A volte un attore con difficoltà di apprendimento non riesce eseguire un compito come un attore professionista, ma facciamo in modo che lui o lei sappia esattamente come dovrebbe essere fatto, e questa conoscenza è una motivazione per il costante auto-miglioramento. Gli spettatori apprezzano gli sforzi dei nostri partecipanti che riescono in molte operazioni complesse anche se a volte falliscono. Spesso ripresentiamo spettacoli e perfezioniamo la recita fino a raggiungere le nostre produzioni a livello professionale."

I gruppi gestiti dall'Associazione Teatro Grodzki preparano molti spettacoli per bambini e li eseguono per loro, ma le trame sono sempre costruite su temi educativi. Ad esempio, quando è stato prodotto uno spettacolo basato sulle storie Moomintroll di Tove Janson, scelto dai partecipanti, ha dimostrato cosa vuol dire essere uno dei Moomintrolls - creature amabili, a volte scomode, che vivono nel loro mondo. Inoltre, il gruppo ha discusso su come presentare la morte ai bambini. Alla fine, si è deciso di scegliere un episodio da "Moomintrolls in pieno inverno", in cui uno scoiattolo incontra una Signora del Freddo. "È molto importante introdurre nelle commedie problemi di vita reale" - riassume Barbara Rau.

SVILUPPANDO ABILITÀ SOCIALI

PARTECIPARE IN GRUPPI, ASSUMENDO RUOLI DIVERSI (LEADER, MEMBRO, OSSERVATORE)

Dobbiamo essere in grado di interagire con persone in situazioni di gruppo - qualcosa che la maggior parte di noi dà per scontato. Eppure, per le persone con disabilità tali situazioni sono spesso stressanti, imprevedibili, scomode. Essere membro di un gruppo e assumere ruoli diversi prepara le persone ad assumere nuove sfide educative o di formazione professionale dove si troveranno in gruppi (per esempio, a corsi di formazione o in un posto di lavoro).

Il campo della comunicazione e cooperazione con gli altri è certamente difficile per molte persone con disabilità cognitive e problemi affettivo-emotivi che vengono ai Laboratori di Terapia Occupazionale gestiti dall'Associazione Teatro Grodzki. Alcuni beneficiari non parlano mai di se stessi e delle loro abilità, oppure non sono assertivi rispetto ai propri bisogni, soprattutto in una situazione di gruppo. Sviluppare abilità sociali in questo campo è essenziale per aprire loro nuove opportunità di istruzione e formazione professionale.

“Vengo qui perché mi piace parlare con la gente del nostro gruppo.” [Halinka]

Lasciatevi ispirare!

Attività teatrali si svolgono sempre in una situazione di gruppo, dove i partecipanti assumono diversi ruoli (leader, membro, osservatore). Durante ogni processo di laboratorio presso l'Associazione Teatro Grodzki l'attenzione è rivolta al team-building e all'integrazione per creare un ambiente amichevole di gruppo (cfr. la sezione dei metodi di formazione in questo libro). Questo incoraggia i partecipanti a sperimentare ruoli diversi, non solo sul palco, ma anche nel gruppo. Formatori, che dirigono lo spettacolo, incaricano sempre qualche assistente: un responsabile per ricordare agli altri il loro testo, qualcuno che si prenderà cura dei costumi e delle decorazioni, e una persona che non mancherà di tenere un occhio sui movimenti di scena (ricordare agli altri dove e quando si devono spostare o uscire dalla scena).

A uno dei partecipanti dei laboratori ARTERY - una persona timida e taciturna - è stato dato il ruolo di assistente della formatrice durante le prove. È stata responsabile per i movimenti di scena durante lo spettacolo. Se si accorgeva che qualcuno non seguiva i movimenti concordati (per esempio, posizionandosi male sul palco), ha dovuto correggerlo. Questo è stato un compito difficile per qualcuno che non è stato abituato a dare istruzioni agli altri e a esprimersi. Ciò ha aumentato la fiducia in sé e le ha permesso di esprimere le sue opinioni in un ambiente sicuro. Come risultato, la persona è diventata più comunicativa e assertiva.

Un'altra persona, di carattere ribelle, ha avuto reali difficoltà di diventare un membro del gruppo e di tenere conto delle esigenze degli altri. Aveva il suo cellulare acceso tutto il tempo, anche se la formatrice gli ha chiesto di spegnerlo. Durante una delle prove ha iniziato a rispondere alle chiamate, uscendo dalla stanza. Dopo che gli è stato detto che la suoneria del suo cellulare disturba e rende difficile tornare nei ruoli, ha risposto: “Ma io non sto più recitando, ho terminato il mio testo”.

La formatrice, Barbara Rau, ha iniziato spiegandole le regole del lavoro di squadra: “Siamo tutti responsabili di tutto. In teatro c'è sempre una performance dal vivo, quindi tutti hanno bisogno di essere vigili. Abbiamo bisogno di essere aperti verso gli altri, in modo che possiamo aiutarli, se necessario, ad esempio, ricordare loro cosa fare. Non si deve ignorare i colleghi attori. Possono aiutarti, se qualcosa va storto con il tuo ruolo e dare un feedback sulla tua recitazione: ciò che è fatto bene e ciò che può essere migliorato.” La persona ha finalmente accettato di avere il suo cellulare spento durante le prove e si è maggiormente integrata con il gruppo.

COMPRESIONE DEI CODICI DI COMPORTAMENTO E DEI COSTUMI IN AMBIENTI DIVERSI

Persone con deficit cognitivi e malattia mentale spesso trovano difficile comprendere e seguire codici di comportamento e costumi in ambienti diversi. Di conseguenza, le situazioni pubbliche e le interazioni con altre persone, soprattutto estranee, possono essere molto stressanti e minare la fiducia in se stessi. Alcune persone con disabilità scelgono di rimanere a casa per evitare tali situazioni, che è un'opzione più sicura per loro, ma porta inevitabilmente alla loro alienazione ed esclusione. Insegnare varie forme di comportamento sociale permette alle persone vulnerabili di partecipare in modo efficace e costruttivo nella società. È essenziale per la loro preparazione alla vita lavorativa.

Lasciatevi ispirare!

Le attività teatrali possono aiutare in situazioni pubbliche difficili, ad esempio nel trattare le questioni in uffici, in negozi o con i vicini. Le persone diventano più sicure di sé e imparano l'auto-presentazione: come proporsi nel modo migliore possibile, come parlare di sé. Le persone con disabilità che hanno frequentato il gruppo teatrale ARTERY nei Laboratori di Terapia Occupazionale hanno affrontato una varietà di situazioni pubbliche. Uno di loro è stato il kick-off meeting ARTERY quando si sono esibiti di fronte a ospiti provenienti da cinque paesi. Hanno raggiunto un successo sia artistico sia personale - dopo l'esibizione hanno interagito con il pubblico, venendo verso di loro e mostrando i loro pupazzi. Alcuni altri spettacoli e incontri sono stati organizzati; ad esempio, alla Prima dello spettacolo teatrale “A Gift of River” (Il Dono del Fiume) hanno partecipato persone dello staff dell'Unità di Riabilitazione Professionale e del Dipartimento Progetti dell'Associazione Teatro Grodzki. Alla fine vi erano discussioni aperte e chiacchierate informali con gli attori.

“Persone con disabilità incontrano molte situazioni diverse attraverso il teatro. Alcune di esse non possono mai accadere nella loro vita, ma altre sì. Possono praticare le loro reazioni in un ambiente sicuro” - commenta Barbara Rau formatrice del Laboratorio ARTERY. “Diventano più flessibili, curiose e desiderose di capire il comportamento di altre persone. Sento spesso da parte dei partecipanti dei laboratori teatrali che hanno meno paura di andare verso il centro della città o fare delle spese. Vedo che sono più assertivi e resistenti.”

VOLONTÀ DI MIGLIORARE LA PROPRIA VITA E REALIZZARE IL PROPRIO POTENZIALE (VOLTA AL BENESSERE PERSONALE E SOCIALE)

La motivazione personale è uno dei campi fondamentali su cui lavorare con le persone socialmente vulnerabili. Questionari e interviste condotte da persone con disabilità che vengono ai Laboratori di Terapia Occupazionale mostrano che non sono realmente motivate a ottenere ciò che vogliono. Questo spesso deriva dalla mancanza di fiducia in sé e dai propri giudizi, che rende difficile, se non impossibile, seguire le proprie idee. Vi è la necessità di sviluppare l'autostima e la fiducia in sé tra le persone con disabilità, i quali hanno il diritto di condurre una vita soddisfatta come individui validi.

Lasciatevi ispirare!

Il focus delle attività teatrali all'Associazione Teatro Grodzki si concentra sullo sviluppo delle potenzialità intrinseche dei nostri beneficiari, in modo che diventino più creativi, coraggiosi e aperti a nuove esperienze. La cosa più importante è risvegliare o rafforzare la loro curiosità per il mondo e, di conseguenza, la loro volontà di conoscere, e quindi di imparare e di cambiare.

Durante la realizzazione dei nostri laboratori teatrali per persone vulnerabili abbiamo notato che è importante sia il processo di laboratorio sia il suo prodotto, uno spettacolo. L'auto-sviluppo dei partecipanti è un processo continuo, ma risultati misurabili (spettacoli) sono un meccanismo di forte motivazione. Agire di fronte a 100 persone nella propria stessa città non è solo una conquista, può essere una esperienza di trasformazione! Includere elementi di espressione artistica e spettacoli pubblici nei nostri laboratori teatrali significa creare 'prodotti' visibili, qualcosa di cui i nostri partecipanti sono orgogliosi e con cui si identificano. Cerchiamo di preparare spettacoli che siano quanto più vicini a produzioni teatrali professionali possibili. In questo libro si possono vedere alcune foto della commedia "A Gift of River" (Il Dono del Fiume) creato durante i laboratori ARTERY, che è stato in scena al Festival di Beschidi dei Piccoli e dei Grandi in Bielsko-Biala di fronte a 200 persone.

Spettacoli pubblici portano una doppia soddisfazione - gli attori provano un senso di successo personale e sperimentano l'apprezzamento del pubblico e degli altri membri del team. "È molto importante fornire loro l'occasione di riuscire pubblicamente, in quanto li porta a voler sperimentare la felicità e la realizzazione di nuovo nelle loro vite personali" - spiega la formatrice Barbara Rau. "Li spinge a prendere la vita nelle proprie mani e a cercare un lavoro o diventare un volontario." Una delle partecipanti con difficoltà di apprendimento, che aveva partecipato per alcuni anni ai laboratori teatrali di Barbara nei Laboratori di Terapia Occupazionale, ha iniziato a giocare il ruolo principale nella propria vita. Incoraggiata dalla sua formatrice, ha iniziato un lavoro come volontaria in una scuola materna e si è rivelata un'assistente indispensabile dei docenti lì. Frequenta ancora laboratori teatrali presso l'Associazione Teatro Grodzki, dove si è trasferita in un altro gruppo integrato. Lei sottolinea spesso come fare teatro l'aiuti a svilupparsi e a crescere. Barbara Rau sottolinea che la preparazione di un nuovo spettacolo è come fare un nuovo compito nella vita. "All'inizio c'è il caos nella propria testa, ma lentamente si organizza in un nuovo spettacolo. Organizzare e preparare uno spettacolo è come organizzare la propria vita".

C'è sempre la pressione del tempo nel teatro - attori devono fare le loro azioni senza indugio e con il giusto tempismo per lo spettacolo a riprendere slancio e ottenere la suspense e la tensione necessaria per coinvolgere lo spettatore. Inoltre, la musica scandisce spesso quando entrare e uscire dalla scena, diventando una sorta di orologio sul palco. Agendo sotto la pressione del tempo prepara i partecipanti ai laboratori teatrali alle situazioni della vita reale, quando uno deve essere puntuale ed efficiente.

PERSONE SENZA FISSA DIMORA E CON DISABILITÀ FISICHE O PERSONE CON DETERMINATE DIAGNOSI PSICHIATRICHE

L'ESPERIENZA DEL TEATRO SENZA DIMORA

"I diversi membri del nostro gruppo socialmente escluso, che consiste per lo più di persone senza fissa dimora e di persone con disabilità fisica o persone con una certa diagnosi psichiatrica, hanno esigenze e problemi differenti."

Le esigenze più comuni delle persone senza fissa dimora: un desiderio di appartenere a qualche luogo, di avere alloggi sicuri e accessibili, la possibilità di praticare un'igiene regolare (la doccia), di trovare un lavoro, essere accettato dalla società, a loro volta istruirsi ulteriormente, sviluppare piani per il futuro, cessare vivere in strada, stabilire rapporti sociali con la popolazione di lavoratori attivi, e aiutare gli altri.

Come si può vedere, la maggior parte dei bisogni delle persone socialmente escluse sono quasi le stesse. Dal nostro punto di vista, il più grande problema per le persone senza fissa dimora è che, vivendo sulla strada, significa che hanno un alto livello di isolamento sociale. Questo porta a depressione, nevrosi, alcool o altre sostanze stupefacenti, e, in alcuni casi, al suicidio. La seconda preoccupazione principale per persone senza fissa dimora è il periodo invernale durante il quale si trovano ad affrontare una reale minaccia di morte per congelamento e devono sforzarsi molto di più per trovare un posto caldo per dormire. Durante l'inverno tendono a usare più alcool che in estate e perdono più spesso le prove. Il più grande problema per le persone disabili è anche l'isolamento sociale. Molti hanno vissuto in strutture di assistenza per disabili per un lungo periodo; in Slovacchia vi è una mancanza di accesso per sedie a rotelle e ci sono pochissimi laboratori e attività per il tempo libero a disposizione per persone con disabilità.

La chiamata all'azione: Portare le persone senza fissa dimora e disabili insieme attraverso una qualche attività comune (come il teatro) è un approccio innovativo che consente ai membri di entrambi i gruppi di soddisfare alcune delle loro esigenze specifiche. Persone senza fissa dimora hanno la possibilità di assistere persone disabili; ciò richiede loro di essere più responsabili, il che comporta un minore abuso di alcool e infine un minore isolamento sociale. D'altra parte, persone con disabilità attraverso il lavoro con persone senza fissa dimora hanno un migliore contatto con il "mondo reale", sono meno socialmente isolate e possono imparare nuove strategie di sopravvivenza. Forniscono (e si sentono incentivate nel fornire) alle persone senza fissa dimora un chiaro esempio della capacità di superare i limiti, siano essi fisici o cognitivi.

TROVANDO LA LORO STRADA

Riconosciamo e valutiamo le esigenze del nostro gruppo sociale attraverso:

- ◇ la consultazione
- ◇ l'intervista diagnostica
- ◇ il questionario
- ◇ tecniche di teatro-terapia
- ◇ tecniche creative di arte-terapia
- ◇ osservazione
- ◇ feedback da parte dei clienti e membri del team.

Dal momento che il nostro gruppo sociale è molto vario (anche tra le persone senza fissa dimora ci sono persone con disabilità, ad esempio la dislessia o disabilità fisiche che impediscono loro di trovare un lavoro stabile), i nostri metodi analitici per accertare le loro abilità sociali e le loro esigenze di sviluppo sono molto aperti, liberi e flessibili. Di solito durante le prove, appaiono diverse situazioni e valutandole si scopre quali abilità sociali devono essere sviluppate o rafforzate nel cliente. Usiamo un approccio individuale, in base alle possibilità e le

capacità di ogni singolo cliente in situazioni specifiche. Per esempio noi insegniamo a un attore affetto da dislessia il suo testo leggendoglielo ad alta voce e accompagnando la lettura con certi movimenti, in una forma di apprendimento cinetico e uditivo per una migliore memorizzazione. Evitiamo l'uso di metodi diagnostici molto lunghi e complicati, perché scoraggia i nostri clienti e li fa sentire a disagio o perdere la fiducia.

IL POTERE DELL'ARTE

Noi crediamo che il teatro fornisca un modo molto amichevole, non conflittuale, divertente e attraente di insegnare e rafforzare abilità sociali per i nostri clienti. Quando rappresentiamo lo spettacolo non mostriamo soltanto l'esibizione teatrale in sé, ma anche ciò che i nostri attori hanno imparato durante le prove di dramma-terapia.

La terapia di arte e di teatro raggiunge con i nostri clienti i seguenti risultati: insegna loro di comunicare in modo assertivo, non violento; li fa sentire di appartenere a qualche luogo; insegna loro ad accettare opinioni e punti di vista diversi; permette loro di creare ed essere creativi; promuove un rifugio sicuro con amichevoli rapporti umani; li aiuta ad acquisire nuovi contatti sociali; dà loro la possibilità di aiutare gli altri e sentirsi utili per essere in grado di dare; migliora la loro situazione finanziaria; possono provare nuovi ruoli e vivere indirettamente attraverso il loro personaggio, attraverso il teatro sperimentano varie emozioni e ne parlano; grazie al teatro possono viaggiare e conoscere altre culture e anche lingue; insegna loro a essere responsabili e puntuali; e permette loro di concentrarsi sui loro corpi. Durante gli spettacoli teatrali i nostri clienti (attori) sperimentano la catarsi e il successo. Gli applausi dopo uno spettacolo significano molto per loro, dimostrano che essi sono stati accettati da questa società e che appartengono a questa società. Essi stanno acquisendo un nuovo status sociale, che aiuta ad aumentare la loro fiducia in se stessi. Maggiore fiducia in se stessi nutre anche il successo in altre aree della loro vita, per la salute ad esempio, trovare un lavoro e trovare un compagno di vita. Alcune attività e tecniche usate dal Teatro senza Dimora sono:

- ◇ L'attività fisica (lavoro con il corpo): concentrazione sulle sensazioni fisiche, il trattamento di esperienze negative o traumi, lo sviluppo di abilità motorie, la creatività e la libera espressione, miglioramento della salute, sensibilità, aumentando la fiducia in se stessi.
- ◇ Esercizi con la voce: esercizi di concentrazione e di memoria, l'apprendimento di nuove parole, migliorare la pronuncia e ampliare il vocabolario, migliorare la respirazione e l'allungamento vocale, migliorare un'abilità di comunicazione formale o più educata, aumentando la fiducia in se stessi.
- ◇ Analisi di testi teatrali: esercizi di concentrazione, di memoria e di logica, imparando a prendere tempo per pensare, trovare connessioni, formulare pareri e punti di vista, comprendendo le fortune altrui, diventando più sensibili, migliorando la lettura ad alta voce e imparando a memoria, aumentando la fiducia di sé.
- ◇ Pittura (tecniche artistiche): la concentrazione, la creatività, esprimere sentimenti, l'auto-presentazione, l'esperienza estetica, aumentando la fiducia in se stessi.

◇ Prove teatrali: un processo a lungo termine dove si impara a diventare una squadra, migliorare il nostro lavoro di squadra, la cooperazione, l'assertività, fiducia, perseveranza, la puntualità, il pensiero creativo, rafforzare il senso di realizzazione e di appartenenza, sviluppare la capacità di gestire meglio lo stress (ad esempio come paura del palcoscenico), risoluzione dei conflitti in un modo amichevole, premi e compensi finanziari, rafforzando buone pratiche igieniche, il rispetto delle norme in teatro.

◇ Spettacoli teatrali associati a viaggi in altre città e altri paesi: alla scoperta di nuove culture, nuovi costumi e nuove lingue, visitando vari eventi culturali, musei e gallerie, soggiornando in un ambiente piacevole (hotel, pensioni), acquisendo nuovi contatti sociali, imparare a presentare se stessi, lavoro di squadra, assistenza, gestione dello stress, aumentando la fiducia, premi finanziari e rispetto delle regole.

SVILUPPANDO ABILITÀ SOCIALI

FIDUCIA IN SÉ

La fiducia in sé è essenziale per il successo e la soddisfazione sul posto di lavoro, all'interno di contatti sociali, del partenariato, e in generale in tutto ciò che facciamo nella vita. È la chiave per la motivazione e alimenta il desiderio di intraprendere nuovi progetti, è necessario per imparare cose nuove e occuparsi di situazioni insolite, e per trovare un lavoro. Le persone disabili e senza fissa dimora in genere hanno una bassa autostima. Si considerano non attraenti, incompetenti, inferiori, e per di più, essi hanno spesso fallito prima. Queste auto-percezioni negative impediscono loro di incontrare e conoscere nuove persone, trovare un lavoro, essere socievoli, realizzando i loro sogni e così via. La loro scarsa fiducia crea una grande barriera che non permette loro di esprimersi pienamente. Se aumentiamo la loro fiducia in sé, consentiremo loro di sviluppare i loro talenti, rimuovere l'isolamento sociale e aumentare le loro probabilità di successo in tutti i settori. La fiducia in sé comprende anche la capacità di accettare i nostri fallimenti in modo che possiamo imparare da loro per la prossima volta. Aumentare la propria fiducia in se stessi richiede il pensiero positivo.

Lasciatevi ispirare!

- ◇ Definire obiettivi chiari e realistici (ad esempio: imparare fino a tre frasi di un testo)
- ◇ Evidenziare e verbalizzare le qualità positive e capacità dei clienti
- ◇ Creare una struttura chiara e conveniente per prove teatrali (tempo, luogo, numero di esercizi, pause)
- ◇ Incoraggiare e premiare i membri del nostro gruppo teatrale

- ◇ Approccio Positivo
- ◇ Adattare gli obiettivi e la metodologia alle disabilità dei clienti
- ◇ Approccio individuale per i clienti
- ◇ Ricordare continuamente precedenti piccoli successi
- ◇ Creare situazioni in cui i clienti possono sicuramente riuscire
- ◇ Fare esercizi in cui il cliente riesce bene
- ◇ Applausi dopo lo spettacolo teatrale
- ◇ Ricompensa finanziaria per gli spettacoli
- ◇ Viaggiare
- ◇ Analizzare fallimenti, senza emozioni negative e di auto-recriminazioni
- ◇ Praticare altre abilità (quali la pittura, la danza, una lingua straniera, la negoziazione, ecc.)
- ◇ Vincere con successo la paura del palcoscenico
- ◇ Imparare ad accettare se stessi e gli altri.

RISPETTO DELLE REGOLE

Creare un ambiente sicuro e relazioni sicure. È importante creare e impostare le regole insieme con i clienti e fare in modo che d'accordo con loro. Persone senza fissa dimora tendono ad avere problemi a rispettare le regole in generale. Sulla strada è normale che le regole sociali si rompono o vengono violate, spesso la persona “più forte” vince. Se chiediamo e pretendiamo che i clienti rispettino le norme, in realtà stiamo aiutandoli a sbarazzarsi dell'incertezza di come possono o non possono agire. Fissare delle regole previene anche la risoluzione violenta dei conflitti e permette al terapeuta (insegnante o formatore) di aiutare. Le norme dovrebbero essere adottate all'inizio del processo di lavoro con i clienti.

Alcuni esempi di regole nel nostro teatro sono i seguenti:

- ◇ venire alle prove teatrali e spettacoli in tempo
- ◇ evitare l'uso di alcool o altre droghe prima e durante le prove e gli spettacoli
- ◇ accettare l'altro
- ◇ risolvere conflitti in un modo amichevole (non bestemmiando, senza violenza fisica)
- ◇ non calunniare l'un l'altro né parlare dietro le spalle dell'altro
- ◇ spegnere i cellulari durante le prove e gli spettacoli.

È molto importante verificare con ogni cliente che capisca ogni parola dell'insieme di regole, ad esempio spiegare che cosa la parola "accettare" significa. Dopo l'adozione di queste norme, è inoltre necessario stabilire sanzioni in caso di non conformità e i clienti dovrebbero concordare pure le sanzioni. Ad esempio, chi viene alla prova sotto l'influenza di alcool o di qualsiasi altro farmaco non può provare o esibirsi. Chi comincia a essere aggressivo nei confronti di altri membri del teatro riceve un divieto temporaneo che significa che non può provare o eseguire per un certo periodo di tempo.

Lasciatevi ispirare!

Nel Teatro senza Dimora sviluppiamo tale abilità attraverso:

- ◇ scrivere le norme su una carta
- ◇ ricordare a tutti le regole di tanto in tanto e di adattarle, se necessario, man mano che si procede
- ◇ ricordare e spiegare nuovamente perché le regole e il loro rispetto è importante
- ◇ pianificare le attività in modo che i clienti siano in grado di eseguirle
- ◇ creare una struttura e la lunghezza delle prove teatrali in modo adeguato
- ◇ sviluppare nuove abilità e affrontare i conflitti in modo assertivo
- ◇ lodare i clienti quando rispettano le regole
- ◇ emettere sanzioni adeguate e chiare
- ◇ non creare precedenti negativi
- ◇ essere formatore, terapeuta o facilitatore, dare il buon esempio non infrangendo le regole noi stessi e creare un clima positivo nel team.

I laboratori di Key & Key Communications si concentrano sulla comunicazione interpersonale e interculturale soprattutto per migranti. Migranti come ‘adulti-in-mobilità’ spesso devono affrontare diversi modi di comunicazione, stili di comunicazione a cui non sono abituati, e ciò può portare a interpretazioni errate, frustrazione, anche a discriminazione, stereotipi e razzismo.

La comunicazione non è solo ciò che vogliamo (consapevolmente) trasmettere, ma è anche ciò che l'altro (il nostro interlocutore) riceve, cioè percepisce e comprende, in altre parole: l'effetto della nostra comunicazione sull'altro, prodotto dalle nostre parole (messaggi verbali), da elementi visivi come colori, forme, simboli (messaggi visivi), dal nostro corpo (messaggi non-verbali) e dalla nostra voce (messaggi paraverbali).

Lavorando nel campo della comunicazione interculturale, non semplicemente su una base teorica, ma su una base molto empirica, Key & Key Communications deve tipicamente affrontare due diversi gruppi di destinatari:

- ◇ migranti, ossia adulti-in-mobilità, di lungo termine, che vivono e lavorano o studiano da anni in Italia.
- ◇ rifugiati e richiedenti asilo.

Il primo gruppo di solito ha una buona conoscenza della lingua italiana. Le persone del secondo gruppo invece, essendo di solito arrivate più recentemente, sanno poco o affatto l'italiano. Con partecipanti provenienti da questo gruppo, la comunicazione deve avvenire attraverso strategie particolari che fanno uso di messaggi visivi e non-verbali e - quando possibile - di varie lingue: o scegliendo una lingua che il formatore sa bene oppure attraverso la traduzione da parte di altri partecipanti in lingue che conoscono e il formatore non conosce.

TROVANDO LA LORO STRADA

Prima di tutto, sappiamo dalla teoria e dal lavoro empirico (da ricerche sul campo e da corsi di formazione) che la comunicazione viene filtrata dalla nostra immaginazione, la nostra percezione, i nostri sentimenti e le nostre rappresentazioni mentali (cf. Gumperz 1982). Quanto più questi fattori sono distanti tra un interlocutore e un altro, tanto più la comunicazione è a rischio di fallimento. In relazione a questo sappiamo che più abilità comunicative si possiedono, più opportunità sociali e quindi anche professionali si possono di solito ottenere.

La comunicazione interculturale è prima di tutto comunicazione interpersonale. Pertanto, nei nostri corsi iniziamo sempre con le basi della comunicazione interpersonale, cioè con la sensibilizzazione ai mezzi di comunicazione, i suoi strumenti e i diversi effetti che si possono ottenere in modo costruttivo o distruttivo. Questa consapevolezza può essere raggiunta attraverso esercizi specifici: esercizi di ascolto, esercizi di dialogo, esercitazioni sui colori e sul linguaggio del corpo. Tali esercizi ci mostrano la consapevolezza nella comunicazione che una persona o un gruppo possiede e, in relazione a ciò, l'abilità sociale specifica che si è in grado di eseguire. Ciò determina la quantità con cui un formatore insiste su un particolare tipo di esercizio. Per esempio: se un partecipante è in grado di ascoltare, di fare domande prima di rispondere al fine di garantire la comprensione comune con il suo interlocutore / la sua interlocutrice. Mentre è relativamente facile capire come funziona la comunicazione (conoscenza come sapere), non è altrettanto facile usarla in modo efficace (abilità come saper fare) e il più difficile è acquisire una disposizione speciale per la comunicazione costruttiva evitando o superando situazioni di conflitto (come saper essere). Tutte queste implicazioni possono essere amplificate quando due (o più) interlocutori si incontrano facendo ciascuno riferimento a conoscenze di sfondo diverse: infatti, quanto meno condividiamo le conoscenze di sfondo con i nostri interlocutori, tanto più la comunicazione è a rischio di fallimento.

IL POTERE DELLA COMUNICAZIONE

L'acquisizione di queste abilità comunicative di base consentono alle persone di affrontare specifiche situazioni quotidiane, quali:

- ◇ situazioni di lavoro
- ◇ interazioni medico-paziente
- ◇ situazioni burocratico-istituzionali.

Questi tre campi principali corrispondono alle necessità di base che sono:

- ◇ lavorare per sopravvivere e raggiungere la soddisfazione
- ◇ la salute fisica e mentale
- ◇ la sicurezza fisica e sociale.

In questi tre campi principali è importante sviluppare abilità sociali che possono essere definite come segue:

- ◇ come presentare se stessi in generale e specificamente per un lavoro

- ◇ come chiedere aiuto ed esprimere i propri problemi di salute
- ◇ come compilare formulari e avere rispettati i propri diritti e le proprie necessità.

Tali abilità sociali sono necessariamente basate sulle abilità di comunicazione interpersonale. Essi non possono essere eseguite senza comunicare. Adulti-in-mobilità imparano così a comprendere che la comunicazione possa essere gestita in vari modi differenti e che non si deve giudicare immediatamente l'interlocutore perché non comunichi in modo in cui si è abituati. Questo aiuta a:

- ◇ superare la frustrazione
- ◇ imparare a chiedere al fine di chiarire e negoziare il significato del messaggio del proprio interlocutore
- ◇ imparare a osservare prima di giudicare
- ◇ imparare a conoscere le differenze tra sé e un'altra persona.

Adulti-in-mobilità possono imparare a ottenere ciò che vogliono e di cui hanno bisogno attraverso una comunicazione costruttiva e convincente. Imparano a presentarsi in modo convincente, sviluppando così più autostima e sicurezza.

Le attività di formazione che usiamo mettono a fuoco da un lato le difficoltà di comunicazione e le sfide e dall'altro lato come superare tali difficoltà e come utilizzare gli strumenti di comunicazione in modo costruttivo, ove in modo costruttivo significa raggiungere i propri obiettivi rispettando la 'faccia' del nostro interlocutore e la sua autostima. Ovviamente, questo è facile da definire, ma non è affatto facile da applicare. Pertanto, prima di tutto, è importante rendere i partecipanti consapevoli di tali difficoltà attraverso esercizi concreti che le fanno emergere.

Tali esercizi riguardano tutti e quattro i piani della comunicazione:

- ◇ la comunicazione verbale, che si ottiene attraverso le parole (parlate o scritte);
- ◇ la comunicazione paraverbale, che si realizza attraverso la propria voce mentre si parla (ad esempio mentre si producono parole, la nostra voce trasmette significati che non vengono esplicitati; come nel linguaggio corporeo il significato trasmesso con la nostra voce può sostituire termini e discorsi, integrarli o addirittura contraddirli);
- ◇ la comunicazione non-verbale (chiamata anche linguaggio corporeo), che viene resa attraverso il nostro corpo indipendentemente dal fatto che si stia parlando o meno (può anche sostituire termini e discorsi, integrarli o contraddirli);
- ◇ la comunicazione visiva, che si ottiene con vari mezzi visivi (colori, forme, immagini, simboli), non si produce attraverso il proprio corpo, ma attraverso gli oggetti che indossiamo o che sono intorno a noi e influenzano la nostra comunicazione.

In un incontro in cui gli interlocutori si riferiscono alla diversa esperienza e al diverso retroterra culturale (aspettative, rappresentazioni mentali, modelli di comportamento e valori), le difficoltà di comunicazione possono accadere facilmente anche senza che gli interlocutori si rendano conto.

Per ogni piano di comunicazione specifici esercizi rilevano le difficoltà di comunicazione: soltanto sperimentando tali difficoltà ce se ne rende conto per sé e per gli altri; si possono acquisire abilità per prevenirle e, infine, superarle quando accadono.

SVILUPPANDO ABILITÀ SOCIALI

ASSICURARE LA COMPRESIONE RECIPROCA

La comunicazione sta tutta nel capirsi. La comprensione reciproca implica quindi varie abilità:

- ◇ saper ascoltare attentamente
- ◇ saper ripetere e/o riformulare ciò che il nostro interlocutore ha detto
- ◇ saper negoziare il significato
- ◇ saper meta-comunicare.

Lasciatevi ispirare!

Vi sono due esercizi per iniziare ad acquistare tali abilità: il primo esercizio è utile per raggiungere una consapevolezza di ciò che può accadere se non ascoltiamo con attenzione. Il secondo esercizio offre uno strumento concreto che rende più facile l'ascolto attivo. La discussione di ciò che accade durante questi esercizi offre la possibilità ai partecipanti di parlare dei loro significati personali, negoziare il loro significato e quindi avviare una pratica di meta-comunicazione.

Esercizio 1 “Ascoltare una storia: cosa è vero, cosa è falso, non vi è sufficiente informazione”.

Il formatore legge una storia con molti significati impliciti; i partecipanti ricevono un foglio con una serie di affermazioni. Dopo aver ascoltato la storia, devono decidere per ogni affermazione se essa è vera, falsa o se la storia non ha offerto abbastanza informazioni per decidere se è vera o falsa. La storia contiene molte trappole; queste sono dovute alle implicazioni che certe parole possono avere per qualcuno, ma non per qualcun altro. Lo scopo dell'esercitazione consiste nel far emergere che, quando si parla, le nostre parole non possono mai essere completamente esplicite con il significato che intendiamo trasmettere e che spesso c'è un divario tra ciò che si intende dire e ciò che il nostro interlocutore invece capisce. Quanto più gli sfondi culturali ed esperienziali sono differenti, tanto più grande può essere questa discrepanza. Ciò dimostra che l'ascolto attivo è importante, ma che non garantisce la comprensione reciproca e che dobbiamo imparare a negoziare il nostro significato e parlare della nostra comunicazione (meta-comunicazione).

Esercizio 2 “Dialogo controllato”

Questo esercizio consiste nell'effettuare un dialogo su un tema controverso: uno degli interlocutori è favorevole

mentre l'altro è contrario. Ognuno deve convincere l'altro; per questo, ciascun interlocutore deve ripetere ciò che il precedente interlocutore ha appena detto. Altri due partecipanti hanno il ruolo di osservatori. Dopo l'esercizio, che dura al massimo 5 minuti, interlocutori e osservatori discutono di quanto è successo e perché, concentrandosi sulla difficoltà di ripetere e gli svantaggi dell'uso della ripetizione, nonché i vantaggi di esso.

Questi esercizi sono la base per acquisire l'abilità nel porre domande al fine di verificare e chiarire la propria comprensione. Questa abilità di comunicazione può essere esercitata attraverso simulazioni e giochi di ruolo in relazione ai summenzionati tre contesti:

- ◇ situazioni di lavoro
- ◇ interazioni medico-paziente
- ◇ situazioni burocratico-istituzionali.

Negli stessi giochi di ruolo, anche un'altra abilità di comunicazione può essere esercitata: la riparazione e la negoziazione di significato, il significato soprattutto sociale. Nessuno è in grado di comunicare senza fare "errori" - errori non solo linguistici, ma errori sociali. Si possono acquisire tecniche per riparare tali incidenti.

GESTIRE L'USO DI COLORI

I colori hanno un effetto immediato su un individuo e influenzano la sua comunicazione. Nero ad esempio ha spesso l'effetto di chiudere una conversazione, creando una barriera tra le persone, mentre il rosso può avere un effetto aggressivo, blu un effetto calmante e così via. È importante, specialmente in molte situazioni pubbliche, di essere a conoscenza di questi effetti e di tenerne conto, considerando che essere 'straniero' o 'migrante' può comportare svantaggi sociali e persino l'esclusione. Conoscere gli effetti negativi e positivi dei colori, e il loro utilizzo in modo appropriato al contesto generale e alla situazione specifica, può aiutare a superare lo svantaggio sociale.

Infine, tale conoscenza diventa la base per la comprensione del carattere simbolico dei colori usati nei diversi paesi. Così fa una differenza se qualcuno dal Ghana (Africa occidentale) associ il colore marrone alla terra e qualcun altro da un paese europeo, invece, alla vecchiaia. Mentre l'effetto psicologico dei colori è piuttosto universale, l'uso simbolico dei colori è legato alla cultura.

Lasciatevi ispirare!

Esercizio 1 “Colori - stati d’animo, attività e sentimenti”

I partecipanti innanzitutto rifletteranno sui colori da associare a certi stati d’animo, attività e sentimenti. Benché questa associazione è da un lato soggettiva, dall’altro è determinata dalla caratteristica universale psicologica di un colore e quindi la maggior parte delle persone, indipendentemente dal loro retroterra culturale, assocerà il rosso con la passione e il nero con qualcosa di triste e negativo.

Esercizio 2 “I colori della mia vita”

Quando questa conoscenza è stata acquisita, il formatore chiederà ai partecipanti di raccontare una esperienza personale, ossia quando un certo colore ha giocato un ruolo specifico nella loro vita.

Esercizio 3 “Colori nella mia cultura”

Passando attraverso questo processo di consapevolezza, i partecipanti saranno poi in grado di riconoscere l’uso simbolico dei colori nella loro bandiera nazionale o indossando abiti per certe cerimonie, come per un funerale per il quale diverse persone indossano diversi colori: bianco (ad esempio in Cina) o nero (nella maggior parte delle società occidentali), blu scuro (Sud del Togo e Sud del Benin) o rosso e nero (in Ghana). Questo può anche aiutare a capire il concetto che altre persone hanno della vita, riflesso dall’uso di uno specifico colore per un determinato evento importante nella propria vita, come la nascita, la morte, il matrimonio e così via.

ESSERE CAPACI DI CAPIRE IL SIGNIFICATO SOCIALE E METAFORICO CHE UNA VOCE PUÒ TRASMETTERE MENTRE SI PARLA

Non molte persone sono consapevoli del fatto che attraverso la nostra voce trasmettiamo significati sociali e metaforici. Come il linguaggio del corpo, la nostra voce può sostituire parole e discorsi, integrarli o addirittura contraddirli.

Si può spesso osservare che la gente aumenta il volume della propria voce quando parla con uno straniero, come se il maggiore volume agevolasse la comprensione, e senza verificare la competenza linguistica che l’adulto-immobilità possiede. Ma aumentando il volume della voce spesso ha un effetto negativo sull’ascoltatore, soprattutto quando nella sua cultura questo è associato con la cattiva educazione. Inoltre, tale messaggio paraverbale

può spaventare un adulto-in-mobilità che lo percepisce come rimprovero. In realtà, l'aumento del volume della voce può trasmettere un significato diverso, e cioè che la persona che invia questo messaggio è in difficoltà, o è nervoso e non sa cosa fare, come reagire, soprattutto in una situazione in cui l'adulto-in-mobilità non capisce.

Come un partecipante filippino ha riportato in uno dei nostri laboratori, nelle Filippine l'uso di un volume della voce alto è un segno di cattiva educazione (si veda l'esempio riportato sulla piattaforma ARTERY in comunicazione paraverbale). È importante per adulti-in-mobilità sapere che un certo elemento di voce (volume, velocità, l'intonazione, enfasi, pause ecc.) possono avere un significato diverso nel paese di migrazione che lui o lei è abituato/a o si aspetta.

Anche in molti paesi africani abbassare il proprio volume di voce, mentre avvicinandosi a una persona, non vuol dire, come può essere il caso nei paesi europei, che la persona sta per dire un segreto all'altro, ma semplicemente che lui o lei rispetta l'altra persona.

Conoscere tali differenze e le possibili implicazioni dell'uso della propria voce può essere ancora più importante che conoscere le regole grammaticali di una lingua.

Lasciatevi ispirare!

Esercizio "Voice - stati d'animo e sentimenti"

Il formatore stabilisce un elenco di parole semplici da pronunciare in modi diversi che esprimono diversi stati d'animo o sentimenti. Ogni partecipante è invitato a provare uno di questi stati d'animo o sentimenti, gli altri partecipanti devono indovinare quale stato d'animo o sentimento lui o lei volesse esprimere. In questo modo si diventa più consapevoli della propria voce e quello che lui/lei trasmette. Diventa anche chiaro che non necessariamente ogni partecipante percepisce la voce dell'altro nello stesso modo.



CAPIRE IL SIGNIFICATO SOCIALE E METAFORICO DEL PROPRIO LINGUAGGIO CORPOREO MENTRE SI PARLA O SI TACE

Il linguaggio del corpo, pur avendo un significato universale, è influenzato piuttosto culturalmente e si può fare facilmente un errore sociale attraverso un gesto, un contatto con gli occhi o un contatto con il corpo concepito come “sbagliato” dal nostro interlocutore. Così, nella maggior parte delle società occidentali, i bambini imparano a guardare negli occhi gli interlocutori mentre parlano perché altrimenti sarebbero percepiti come insinceri, insicuri o addirittura inaffidabili.

Tuttavia, in molti altri paesi una persona non deve mantenere un contatto visivo prolungato, soprattutto se l'interlocutore è di uno status superiore o più anziano rispetto al parlante o un uomo che parla a una donna. Allo stesso modo, la gestione del contatto visivo e del contatto fisico così come la distanza interpersonale sono influenzati dalla cultura. In alcune società, la gente è abituata a rimanere più vicini gli uni agli altri senza essere in imbarazzo a causa di questo, in altre si preferisce mantenere una distanza maggiore. In alcune società (ad esempio in Afghanistan), non è consentito che una donna e un uomo stringono la mano salutandosi, in altri ancora (ad esempio l'Africa occidentale, Germania) stringersi la mano per il saluto è molto importante, in alcuni altri (es. Italia) non è così importante. Il saluto rappresenta uno dei primi contatti tra le persone che non si conoscono ancora, e più tardi il primo momento in cui si incontrano di nuovo o si separano.

Il nostro corpo riceve e rivela sempre alcune informazioni che lo vogliamo o no. Si può rivelare il nostro status sociale, la nostra età, sesso, professione, stato fisico, i sentimenti, ed emozioni. Questo è il motivo per cui è così importante essere consapevoli del fatto che il nostro corpo parla; e quando, con un differente retroterra culturale, è estremamente importante conoscere i gesti rituali principali al fine di evitare gesti socialmente e culturalmente inadeguati, da un lato, e, dall'altro, di essere consapevoli che in una società diversa certi rituali comunicativi (salutare, scusarsi, congratularsi ecc.) possono essere accompagnati da un linguaggio del corpo differente.

Lasciatevi ispirare!

Al fine di rendere i partecipanti consapevoli dell'importanza del nostro corpo nella comunicazione, il formatore propone diversi esercizi.

Esercizio 1 “Espressioni facciali”

Il formatore mostra un foglio con una serie di caricature di espressioni facciali (ridente, felice, triste, arrabbiato ecc.) e i discenti definiscono ogni espressione.

Esercizio 2 "Rituali di saluto e distanza interpersonale"

Il formatore invita sempre due partecipanti a simulare un tipico rituale di saluto di fronte al gruppo, i partecipanti poi ne parleranno: come l'hanno percepito e se la distanza interpersonale fornisce informazioni sul contesto.

Esercizio 3 "Osservazione di video"

Il formatore propone di guardare ad esempio un talk show televisivo; i discenti sono invitati a osservare attentamente il linguaggio del corpo (messaggi non-verbali) e descrivere ciò che vedono.

Esercizio 4 "Giochi di ruolo"

Il formatore invita i partecipanti a inventare una breve storia e di rappresentarla in un gioco di ruolo. Questa simulazione viene video-registrata in uno spazio diverso da quello della sala plenaria. Tutti i partecipanti, in gruppi di due o tre persone, inventano una storia e anche queste vengono video-registrate. Questi video vengono poi mostrate nel gruppo plenario e il pubblico è invitato a osservare ogni elemento del linguaggio corporeo e descriverlo in maniera imparziale, senza giudicare. L'intero processo facilita l'apprendimento di osservare sospendendo qualsiasi giudizio. Quando si interagisce con persone provenienti da un differente retroterra culturale, tale abilità è molto importante per evitare stereotipi e comportamenti discriminatori e persino razzisti.

STUDENTI CHE NECESSITANO UN SUPPORTO SPECIALE

L'ESPERIENZA DEL CENTRO PER L'EDUCAZIONE E LA FORMAZIONE "AGRICOLA"

I laboratori del Centro per l'Educazione e la Formazione "Agricola" sono destinati a studenti con esigenze speciali. I gruppi che vi hanno partecipato erano "OLE" (Imparare a prendere in mano le redini della mia vita), "Arjen Suola" (La spezia della vita quotidiana) e "Kasvua Käsillä" (Crescita a portata di mano con le mani).

La formazione "OLE" ("Imparare a prendere in mano le redini della mia vita") si rivolge a persone che si stanno riprendendo da problemi mentali, e quindi hanno bisogno di sostegno. Il corso mira a sviluppare l'autostima dei discenti, le loro competenze sociali e abilità di apprendimento, oltre a migliorare le loro possibilità di iscriversi all'istruzione superiore. Gli studenti "OLE" vivono nel dormitorio degli studenti, in unità abitative supportate o in modo indipendente. Lo studente ha sia diritto sia la possibilità di frequentare questo tipo di formazione da 1 a 3 anni e tutti gli studenti "OLE" studiano insieme nella stessa classe. Ci sono 13 studenti che partecipano a questo tipo di

formazione al momento, di età compresa tra i 20 e i 46 anni. L'assistente istruttore del gruppo "OLE" funziona sia insieme all'insegnante che in modo indipendente nel sostenere e supervisionare i discenti. La forza del gruppo "OLE" sta nei suoi membri, la struttura per età e retroterra differenti degli studenti consentono loro di imparare da e con il gruppo dei pari. In aggiunta a questo, la motivazione dei discenti può essere vista come una delle forze più importanti del gruppo. D'altra parte, l'eterogeneità del gruppo è una delle più grandi sfide così come sviluppare l'autostima degli allievi e rafforzare la loro identità.

La formazione "Arjen Suola" ("La spezia della vita quotidiana") si rivolge a persone disabili adulte nonché ad adulti che si stanno riprendendo da problemi mentali. Gli obiettivi della formazione mirano a illuminare la vita quotidiana dei discenti, a sostenere lo sviluppo della personalità degli studenti nonché la loro capacità di vivere e di agire in gruppo e nella società. Gli studenti di "Arjen Suola" sono tra i 20 e i 70 anni e vivono in unità abitative supportate oppure in modo indipendente nella zona di Pieksämäki. La dimensione del gruppo varia ogni giorno, di solito è compresa tra 8 e 12 studenti. Alcuni studenti frequentano la formazione "Arjen Suola" una o due volte la settimana e parecchi di loro hanno frequentato questa formazione per diversi anni. Anche con questo gruppo l'eterogeneità è una bella sfida per insegnanti e supervisori. Questo gruppo è eterogeneo anche in relazione al grado di alfabetizzazione degli allievi; alcuni dei discenti sono in grado di leggere e scrivere bene, altri non sanno né leggere né scrivere. L'insegnante del gruppo e l'educatore che l'affianca nella modulazione del sostegno lavorano insieme per sostenere e supervisionare i discenti. Alcuni studenti hanno i loro assistenti personali, che frequentano anche la classe insieme agli assistenti delle unità abitative supportate.

Arte e lavoro tessile sono al centro della formazione "Kasvua Käsillä" ("La crescita a portata di mano con le mani"), che richiede un anno. Alcuni dei partecipanti hanno bisogno di sostegno speciale e alcuni di loro sono immigrati. La struttura di questo gruppo di età varia molto, tra i 20 e i 50, e alcuni degli studenti hanno partecipato a questo corso già in precedenza. L'istruttore assistente del gruppo "Kasvua Käsillä" partecipa a tutte le lezioni e co-opera con l'insegnante.

TROVANDO LA LORO STRADA

Tutti gli studenti dei diversi gruppi sono sottoposti a colloquio prima di iniziare la formazione. Molti dei disabili mentali che hanno bisogno di un sostegno speciale hanno un tutor o un assistente che li affianca nelle attività, che è anche consultato sulle esigenze e le competenze dello studente. La volontà personale e/o la motivazione del discente sono ovviamente importanti. Quelli che si stanno riprendendo da problemi mentali hanno anche bisogno di avere una dichiarazione del medico della loro capacità scolastica e la capacità di cooperare con gli altri e affermando che non hanno forti timori di situazioni sociali. Poiché si tratta di situazioni fondate sui gruppi educativi, la capacità di partecipare ad attività di gruppo è ovviamente importante. Per quanto riguarda le persone con deficit mentale, non possono essere accettate come allievi p. es. persone aggressive o molto agitate. Devono inoltre essere in grado di gestire le routine di tutti i giorni.

Nel corso della formazione, saranno effettuate valutazioni personali e di gruppo, dove la partecipazione, lo sviluppo e le esigenze nonché le sfide del discente saranno prese in considerazione.

IL POTERE DELL'ARTE

Per tutti i gruppi uno degli obiettivi principali è quello di aumentare l'autostima: di riconoscere e confermare il proprio valore e l'unicità, rafforzando la propria identità positiva e cercando il valore delle proprie azioni. È importante in questo processo che il racconto e il discorso interiori dello studente evolvano verso l'apertura di nuove possibilità. Secondo Michelle Borba (Kokkinen, Rantanen-Väntsi, Tuomola 2008, p.87) una sana autostima si basa su cinque fasi: 1) sicurezza, 2) egoismo e conoscenza di sé, 3) la consapevolezza della comunità e dell'appartenenza, 4) la missione e lo scopo e 5) competenze e realizzazioni.

Un piccolo gruppo che si trova al sicuro con un clima positivo e di supporto e di relazioni sicure e di sostegno consente di riflettere sulla propria identità e le proprie questioni. Attività artistiche offrono la possibilità di comunicazione indiretta attraverso materiali, mezzi o ruoli diversi, che molti sentono come più sicuri che rivelare i propri sentimenti direttamente. Le attività artistiche consentono a un individuo di essere e sentirsi al sicuro in una relazione sicura attraverso il distanziamento.

Attività artistiche danno a una persona un senso di individualità e di nuove esperienze e costruiscono un'immagine realistica dei propri ruoli nonché delle sue qualità fisiche, psicologiche e sociali. L'arte consiste nel dialogare con materiali e strumenti, consentendo anche il cambiamento nella propria storia di vita personale e il discorso interiore per trasformarsi in qualcosa di più positivo. Secondo Kokkinen, Rantanen-Väntsi e Tuomola (2008, p.84), è importante poter pensare in positivo di se stessi e rafforzare la propria autostima, cambiando il proprio discorso interiore e trasformandolo in qualcosa di positivo e incoraggiante. Oltre a questo, la propria autostima si rafforza quando si fanno cose che piacciono e che danno piacere e buoni sentimenti o quando si viene lodati per le cose che si fanno. Quando una persona cerca di superare le proprie paure facendo le cose che la spaventano, le cose che fanno sentire a disagio o in difficoltà, rafforza la propria autostima. Ricordando le esperienze positive e i successi fa bene all'autostima. Accettare la propria fallibilità, mentre ci si sforza di trasformare i modi negativi e restrittivi del pensiero e delle credenze in positivo, rafforza una persona incoraggiando se stessi e aprendo delle opportunità. Condividere e ricordare buone esperienze in un gruppo, dando un feedback incoraggiante agli altri così come ricevendo feedback crea una buona base per il progresso.

L'obiettivo della formazione è quello di incoraggiare gli studenti al lavoro autonomo sia negli studi che in altri campi della vita individuale, comunitaria e sociale. Una persona autonoma è in grado di indirizzare e valutare la sua propria iniziativa, i suoi propri bisogni e obiettivi e di scegliere e attuare strategie operative diverse. Il lavoro autonomo è azione attiva, orientata agli obiettivi e strutturata, in cui la persona si assume la responsabilità per la propria vita e le proprie scelte.

Varie forme d'arte differenti si combinano nel nostro lavoro. Arti visive giocano un ruolo centrale, ma combinato con metodi narrativi e con espressione teatrale. Spesso un'immagine, un oggetto o un materiale è una porta d'ingresso verso la verbalizzazione delle esperienze, sentimenti e pensieri. La verbalizzazione non è sempre necessario. È essenziale per essere visto e accettato, ma anche per vedere e accettare le immagini e le esperienze degli altri. L'opera è realizzata in gruppi, ma dà spazio anche all'espressione individuale.

Lavorare con le arti visive

Nelle arti visive lavoriamo attraverso diverse forme di espressione artistica, materiali e strumenti; ciò dà prospettiva e distanza ma permette anche di unire l'espressione alle esperienze di vita dell'attore. Ciò permette l'apertura di nuove prospettive. Secondo Van Marissing (Rankanen, p.36), l'arte è un processo in cui diamo forma e modelliamo la realtà esistente.

◇ Percezione del sé attraverso collage fatti di materiali naturali e oggetti

Uno dei nostri insegnanti ha lavorato per il gruppo "OLE" su un processo di collage di immagini con materiali naturali. Un autoritratto è stato costituito con materiali naturali (con almeno 5 diversi elementi), rispondendo alla domanda: come sei? Poi gli studenti hanno scritto sulla loro immagine e l'immagine è stata presentata anche verbalmente agli altri. Le immagini sono state fotografate, le foto sono state laminate e le corde per appenderle sono state decorate. Le fotografie sono state esposte presso la scuola e nella biblioteca comunale.

È stato importante per questi esercizi che gli studenti li completassero; in modo tale da sentire che gli autoritratti sono importanti e validi. Le immagini sono esposte in un modo bello e dignitoso dando visibilità valorizzando gli studenti. Gli sforzi per completarli sono stati duri, ma gli studenti hanno imparato che il risultato finale è valsa la pena. La scelta di un materiale, un oggetto o un'immagine è già un atto autonomo.

◇ Collage fatto da foto di giornali

Uno dei nostri insegnanti ha elaborato, insieme ai gruppi "Arjen Suola" ("La spezia della vita quotidiana") e "Kasvua käsillä" ("La crescita a portata di mano con le mani"), la percezione del proprio colore preferito; a tale fine, gli studenti hanno cercato in riviste delle immagini in cui il loro colore preferito è presente. Poi quelle immagini sono state incollate su una carta a formare un collage. Così un proprio colore preferito si concretizza in diverse tonalità e contesti diversi: oggetti, fiori, paesaggi, superfici, modelli e non semplicemente p.es. rosso normale. Raccontare il proprio colore preferito e le sue occorrenze aiuta lo studente a percepire differenze e dettagli e di nominarli. Gli studenti hanno continuato la preparazione di un collage chiamato My Colour (il mio colore) Mandala utilizzando diversi filati e tessuti e manufatti riciclati. Il gruppo ha organizzato una mostra con il loro insegnante.

izzare figure, pupazzi o maschere

Uno dei nostri insegnanti ha diretto un processo di creazione di figure di Benessere con la carta. Queste figure sono state realizzate in 3D con un gruppo e con un altro gruppo erano pupazzi di carta piatti basati su storie raccontate dagli studenti; e questi pupazzi di carta sono stati utilizzati anche per la recita.

Metodi narrativi

Metodi narrativi possono essere realizzati sia oralmente sia per iscritto. Ogni essere umano ha una storia di vita che deve essere raccontata al fine di analizzare il proprio essere come essere umano e di aprire la possibilità di cambiare. Una storia di vita può essere raccontata per mezzo di una metafora breve o in frasi e storie. Ad esempio la scelta di un oggetto per descrivere se stessi è una metafora oggetto. Teemu, uno studente di sesso maschile, ha scelto una mucca di legno: “Le mucche non fanno altro che crogiolarsi al sole. Mi piace oziare, amo la comodità come una mucca, ma anche mucche si prendono cura dei loro affari “. Per mezzo dell’oggetto scelto, la persona esprime la sua sensazione del momento e allo stesso tempo fornisce informazioni al suo istruttore sulla sua situazione attuale. Un oggetto, un’immagine ritagliata o un’immagine fatta da se stessi oppure un collage di ritagli di giornale può essere utilizzato come stimolo per una narrazione individuale o di gruppo.

La narrazione può anche consistere nel Metodo della Lavorazione di Storie in cui il narratore di storie sceglie ciò che vuole dire e l’istruttore lo annota parola per parola, lo legge al narratore, e il narratore può poi completare la storia. Altre forme di narrazione consistono ad esempio nella scrittura individuale o di gruppo.

La scrittura di gruppo e anche l’esibizione di gruppo rendono più accessibili sia la scrittura che l’esibizione stessa.

SVILUPPANDO ABILITÀ SOCIALI

INTERATTIVITÀ NEL GRUPPO

Il sentimento di appartenenza a un gruppo e di essere accettati, richiesto e apprezzato come persona è importante per un essere umano, così come sentirsi approvato e rispettato dagli altri. È importante imparare a esistere come un sé, dentro di sé, mostrare considerazione per gli altri, per il gruppo, condividere esperienze con il gruppo, dare, ascoltare e apprezzare gli altri. Prendendo in considerazione gli altri e rispettando le regole del gruppo.

Lasciatevi ispirare!

- ◇ La arti visive danno a una persona la possibilità di creare lavoro individuale, ma condividere le vostre esperienze con il gruppo fa parte del lavoro.
- ◇ Metodi narrativi insegnano a esprimere le proprie idee, ma nel gruppo si impara anche ad ascoltare e concentrarsi sulla situazione. Una forma di narrazione è, ad esempio, la scrittura individuale o di gruppo. Nella

scrittura di gruppo si può usare come stimoli forme fatte da sé od oggetti selezionati che vengono piazzati sul proprio posto con un foglio di carta bianca di fronte a ciascuno di essi. I partecipanti iniziano con il proprio oggetto o la propria forma. L'obiettivo è quello di scrivere su ogni oggetto, ciò che viene in mente, una parola, una frase o una poesia. Dopo un certo periodo di tempo determinato dal docente, i partecipanti si scambieranno di posto. Lo scambio di posto andrà avanti fino a quando ognuno è tornato al suo posto iniziale. Una forma di cigno ha ispirato gli studenti di produrre il seguente testo: blu e bianco - cigno - nobile, bello, imponenti - la libertà, la bellezza della natura - sacco della spazzatura - bellissimo cigno. Mi piacciono i cigni. Sono uccelli bellissimi. - Libertà, non incatenarti - Un cigno è un uccello bello e bianco - Ha un bell'aspetto - libertà - Canzone di Cigno - bianco. La scrittura di gruppo e anche l'esibizione di gruppo rendono più accessibili sia la scrittura che l'esibizione. I testi scritti in gruppo sono stati letti ad alta voce in piccoli gruppi con gli oggetti in piedi sul tavolo. Il tavolo con le figure copre il lettore; in questo modo si spera di abbassare la soglia del fare e del partecipare.

◇ Esercizi di teatro creano un'atmosfera di sicurezza nel gruppo all'inizio e obiettivi comuni - lo spettacolo teatrale o la mostra danno la possibilità di cooperare.

AFFRONTARE NUOVE SFIDE

Uno degli obiettivi principali di utilizzare diverse attività artistiche nel campo dell'educazione è quello di trasformare riceventi passivi in attori attivi e partecipativi. Per coloro che vivono nelle istituzioni e nelle unità abitative di grandi dimensioni, la vita diventa facilmente istituzionalizzata perché ricevono il loro cibo e molte altre cose pronte da consumare. Perché sforzarsi o preoccuparsi quando le cose sono fatte da altri e senza intoppi. La concentrazione è miope e completare le cose è difficile. Gli studenti rinunciano, lasciando le cose a metà senza voler sforzarsi. Hanno paura di fallire oppure fanno le cose in modo forzato. Le arti sono un mondo di possibilità, dove ognuno è padrone di se stesso e dove ci si può avventurare a nuove esperienze e nuove prospettive.

Lasciatevi ispirare!

Le arti visive coinvolgono il fare concreto. Strumenti aiutano a concretizzare, percepire e prendere coscienza delle cose. Attraverso uno strumento - un oggetto, materiali presi dalla natura, la carta, o un pupazzo - il discente scoprirà nuovi aspetti e anche nuove abilità che fino a quel momento erano esistite inosservate dentro di lui/lei, così come all'interno degli altri membri del gruppo. Ciò incoraggerà lo studente a provare cose nuove che sembravano impossibili fino ad allora. I discenti impareranno a fissare obiettivi realistici, di fare progetti, lottare, rimanere concentrati, di tollerare incertezze e di completare i compiti. Presentando le proprie opere e i propri processi agli altri, guardando e ascoltando le opere e i processi degli altri insegna ad apprezzare le proprie e altrui opere. Il processo di fare e di vivere, di sentire e di riflettere è importante sia individualmente sia per l'uguaglianza all'interno del gruppo

SENTIRSI VALIDI

Le attività artistiche sono una parte essenziale nell'apprendimento in gruppo che necessita un sostegno speciale. In un gruppo di disabili mentali, per esempio, alcuni dei discenti non hanno ricevuto molta istruzione e alcuni di essi hanno un livello d'istruzione molto basso o inesistente. Attività artistiche consentono loro di partecipare a livello del fare e del vivere, offrendo loro sentimenti di avventura di successo, rafforzando la loro autostima. Essi possono esprimere se stessi, i loro pensieri e sentimenti attraverso l'arte, produrre conoscenza da soli e rendersi visibili come esseri umani uguali. Attraverso le arti diventano visibili a se stessi, al gruppo, all'intera istituzione educativa/comunità scolastica e attraverso mostre e spettacoli anche per la gente della città. Essi imparano ad apprezzare le loro azioni e le proprie realizzazioni, le opere realizzate con le loro mani, sentirsi a proprio agio in ruoli diversi sul palco. Trovano di poter essere fieri delle proprie opere esposte. Ognuno ha il diritto di risultare una persona unica, valida in quanto tale.

Lasciatevi ispirare!

Un oggetto, un'immagine ritagliata o un'immagine fatta da se stessi oppure un collage di ritagli da giornali può essere utilizzato come stimolo per un individuo o un gruppo di narrazione. Per esempio nel gruppo "Arjen Suola" tutti hanno fatto un collage di ritagli da giornali su un foglio di carta con cose legate alla casa. Hanno raccontato storie di case, sui propri cari, dei parenti stretti o animali che sono morti. Quelle immagini hanno scatenato sia la memoria sia i sogni.

La narrazione può anche consistere nel Metodo della Lavorazione di Storie in cui il narratore sceglie ciò che vuole narrare e il formatore scrive parola per parola, lo rilegge al narratore, e il narratore può poi completare la storia.

IMPARARE A ESSERE ASSERTIVI

Difendere con decisione i propri confini, i propri bisogni e diritti, ma avere anche la capacità di sopportare le critiche.

Lasciatevi ispirare!

Pupazzi, maschere e ruoli teatrali aiutano una persona a esprimere sentimenti diversi in piena sicurezza e dare loro l'opportunità di fare osservazioni su comportamenti e le loro conseguenze.

La Fondazione INTRAS fornisce servizi socio-sanitari ed educativi attraverso diverse risorse e programmi. Lo sviluppo dei suoi servizi e dei programmi si basa sull'“Approccio del Recupero”, dal momento che la ricerca conferma che le persone anche gravemente colpite dalla malattia mentale sono in grado di recuperare e condurre una vita produttiva nella comunità. Le esperienze passate dimostrano che oltre il 50% dei malati di mente è in grado di recuperare. In questo senso, il recupero è visto come un viaggio verso un nuovo senso e valore di identità, verso un ruolo e uno scopo al di fuori dei parametri della malattia mentale.

INTRAS pone un forte accento sulla formazione, lo sviluppo di speciali tecniche pedagogiche e di sostegno per le persone affette da schizofrenia, disturbi affettivi bipolari e disturbi di personalità. La natura di questo disturbo comporta un certo grado di deterioramento in aspetti fondamentali di prestazione quotidiana da parte di persone affette da malattia mentale, compromettendo così gravemente la qualità della loro vita. Di conseguenza, temi quali la cura personale, l'igiene, le relazioni interpersonali, la mancanza di motivazione a sviluppare attività e di altri aspetti legati alla vita di queste persone definiscono e danno senso ai programmi sviluppati dalla Fondazione. In questo Manuale ci concentriamo sul gruppo di teatro TeaTREVÉS per le persone con malattie mentali, che opera presso il nostro Centro di Riabilitazione Psicosociale, con la partecipazione di 15 partecipanti. Laboratori teatrali vengono eseguiti due volte a settimana per due ore. In aggiunta a tale programma di teatro, il Centro fornisce alle persone con disturbi psichiatrici una formazione per lo sviluppo e il mantenimento delle abilità personali e sociali in tre aree:

- ◇ La formazione nel campo delle attività di vita quotidiana per lo sviluppo di autonomia a casa.
- ◇ La formazione nel campo delle abilità sociali per il miglioramento della comunicazione e delle relazioni sociali.
- ◇ La formazione su come organizzare lo svago e il tempo libero per riconquistare l'amore in interessi e hobby.

L'obiettivo principale è che le persone con seria e prolungata malattia mentale acquisiscano e/o recuperino l'abilità che permette loro di funzionare autonomamente nel loro ambiente sociale con il minimo supporto e migliorando così la qualità della vita. Esperienze di lavoro indicano che molte persone affette da malattia mentale possono vivere sane ed essere attive nella misura in cui attuano un trattamento appropriato. In aggiunta a farmaci per il benessere di salute mentale, crediamo nei benefici del dramma e del teatro per promuovere abilità sociali.

TROVANDO LA LORO STRADA

L'obiettivo principale delle attività di formazione e di riabilitazione è di conseguire un progetto di vita con un adeguato livello di qualità della vita, nonostante il fatto che alcuni sintomi della malattia mentale possono persistere. Per realizzare questa missione, particolare attenzione è rivolta ad ascoltare la voce delle persone con malattie mentali che richiedono nuovi programmi e nuove attività. Al fine di fornire servizi che tengano conto delle possibilità di ogni persona e di fornire alle persone le risorse necessarie per consentire loro di essere protagonisti del loro processo di recupero e quindi della propria vita, la pianificazione si basa sulla persona e non sul programma di sviluppo. Un “piano di recupero individualizzato” è stabilito, adattato e orientato a ogni persona da permettere alla persona di pianificare e prendere decisioni sulla propria vita e sui propri obiettivi. Questo modello sottolinea l'importanza della formazione professionale e del sostegno rivolto a rafforzare abilità personali e sociali al fine di raggiungere il massimo livello di autonomia.

Nel preparare le attività per la riabilitazione psicosociale delle persone affette da malattie mentali, dobbiamo pianificare i seguenti aspetti:

- ◊ Gli obiettivi: una valutazione preliminare viene effettuata per valutare i deficit e i possibili obiettivi, per quanto riguarda lo sviluppo di abilità sociali, da includere nel “Piano di riabilitazione individualizzato”. L'uso di auto-valutazione è utile a condizione che si utilizzino questionari adeguati che devono essere progettati per essere completati all'inizio del programma e a distanza di sempre 6 mesi. È importante mostrare ai partecipanti che il questionario è stato progettato per aiutarli a riflettere e risolvere le questioni che facilitino loro di prendere il controllo della loro vita. I questionari sono brevi, progettati con domande chiuse, da completare in meno di 10 min. Possono essere costruite sulle abilità sociali incluse nel capitolo 2 del presente Manuale.
- ◊ I vantaggi del programma: i beneficiari (persone con malattie mentali) vengono informati in anticipo sul programma e sui benefici che li porteranno, secondo il “piano di recupero individualizzato”. Inoltre, sono informati dei progressi compiuti durante l'intero processo, confrontando l'esecuzione iniziale e finale.
- ◊ La metodologia: Le sedute sono previste per essere partecipative, promuovendo la cooperazione e l'espressione di tutti i partecipanti. Linee guida sono stabilite all'interno di ogni seduta per strutturare l'attività e permettere ai partecipanti di anticipare la riunione e pianificare l'attività successiva.

IL POTERE DELL'ARTE

Lo scopo del gruppo teatrale TeaTREVÉS, gestito dal Centro di Riabilitazione Psicosociale della Fondazione INTRAS, è quello di raggiungere l'inclusione sociale delle persone con disabilità a causa di malattia mentale. Le recite sono utilizzate come strumento per ridurre lo stigma della malattia mentale. “La de-stigmatizzazione richiede di lavorare con il pubblico”, ha detto Cristina Vega, formatrice. E aggiunge “le persone con malattia

mentale hanno qualche difficoltà, ma hanno anche moltissime cose da insegnarci, a cominciare dalla loro dura motivazione e volontà di migliorare, come vediamo durante le prove. Il teatro ha la capacità di ottenere il massimo di noi “.

Il miglioramento delle abilità sociali, come la comunicazione, la gestione delle emozioni, la trasformazione dei conflitti, e così via, è necessario per costruire una vita soddisfacente. In questo senso, il teatro, le prove e la dinamica di gruppo sono strumenti potenti per migliorare le competenze sociali godendosi l'esperienza. Il teatro ci aiuta a comprendere l'altro, e comprendere l'altro ci fa comprendere meglio noi stessi. Recitando significa diventare un'altra persona, e ci fa affrontare un'altra realtà e aiuta a sviluppare abilità come la flessibilità per risolvere i problemi, di adattarsi a situazioni nuove o come Joseph J. Moreno ha espresso nel suo libro su “Musicoterapia e psicodramma”, .. », l'obiettivo essenziale dello psicodramma è consentire alle persone di sviluppare la spontaneità e la creatività, che spesso vengono meno in coloro che sono affetti da significativi problemi emotivi e tendono a ritirarsi”.

Calheros & Albuquerque (1997) hanno dichiarato che non si tratta di difendere gruppi teatrali come una sorta di psicoterapia, ma di prendere in considerazione il potenziale terapeutico: “... Teatro e terapia sono collegati a un grande potenziale terapeutico. Sul palco la vita viene ricreata, il che ci permette di abbattere le barriere e di vivere la vita in pienezza. Il teatro ci dà quello che è uno dei bisogni fondamentali degli esseri umani: avere uno spazio dove sognare e vivere i sogni, i desideri, le paure e mettere da parte i fantasmi del passato. Il teatro è terapia perché è vita”.

Professionisti della Fondazione INTRAS che fanno parte del gruppo TeaTREVÉS hanno trovato nel teatro uno strumento valido per lo sviluppo personale e sociale delle persone con problemi di salute mentale e i clienti hanno trovato nel teatro uno sbocco importante e arricchente per se stessi. La struttura dei laboratori è stata stabilita per lo sviluppo del dramma. Il dramma è stato recitato da persone con malattia mentale, i quali hanno anche creato i personaggi, le trame e le situazioni con il supporto di Camila Silva, attrice professionista, e Cristina Vega, assistente sociale. Hanno riflettuto e deciso quello che vorrebbero esprimere. I loro problemi, paure e desideri si sono riflessi in quei personaggi.

Le attività svolte dal gruppo TeaTREVÉS sono stati progettati per identificare e gestire i sentimenti e le emozioni e per comunicarle spontaneamente, per contribuire alla creazione di un'immagine positiva di sé e di rafforzare il senso di appartenenza. I laboratori hanno avuto alcuni orientamenti comuni che sono utili a strutturare le sedute, aiutare le persone con malattia mentale di sapere quando avranno una pausa, tempo per riflettere o quando la seduta si concluderà.

Qui di seguito troverete alcune attività da utilizzare per l'inizio e la fine di ogni seduta:

- ◇ Introdurre la seduta: I partecipanti, pronti per iniziare l'attività, a turni dicono “ciao” a tutti e parlano di qualcosa che è successo tra l'ultima seduta e quella in corso. I commenti aiutano i formatori ad affrontare le attività intorno alle preoccupazioni o difficoltà dei partecipanti. Includere un'attività

dove i partecipanti possono riflettere su questi temi potrebbe essere utile, ad esempio noi che cerchiamo di trovare un finale diverso per una storia determinata, chiedo come gli altri partecipanti avrebbero reagito in una certa situazione ecc. Dopo questa attività la seduta e il relativo teatro-attività iniziano.

◇ Chiudere la seduta: Prima della fine di ogni seduta, tutti i partecipanti si siedono in fila per valutare gli aspetti positivi della seduta, chiudendo così la seduta con una nota positiva. Quindi, il formatore rinforza i partecipanti, se necessario. Ogni partecipante, a questo punto, dovrebbe identificare una cosa del laboratorio che lei/lui vorrebbe portare via, ed esprimere perché lei o lui lo trova gradevole. I formatori dovrebbero aiutare i partecipanti di esprimersi con domande come “Perché è stato bello?” “Perché ti piace?”, ecc.

SVILUPPANDO ABILITÀ SOCIALI

COMUNICAZIONE

La mancanza di abilità in comunicazione delle persone con disturbi mentali comporta alcune difficoltà, al fine di interagire all'interno della loro sfera sociale. Questo è uno dei deficit più frequenti e più importanti che si verificano nello sviluppo del livello pre-morboso, scoppio e successiva malattia mentale. Fornire alle persone con problemi di salute mentale con le strategie per migliorare la loro comunicazione verbale e non verbale, significa offrire loro un vantaggio per soddisfare bisogni emotivi e strumentali, di conseguenza, permettendo loro di interagire con gli altri con maggiore facilità. La comunicazione non-verbale è importante perché quando si parla con qualcuno, solo una parte delle informazioni deriva dalle parole e il resto si ottiene attraverso il linguaggio non-verbale: gesti, aspetto, postura, sguardo, espressione del viso ecc. La formazione in comunicazione non-verbale è importante non solo per permettere a ogni partecipante di esprimersi in modo adeguato, ma anche di capire le espressioni e i bisogni degli altri in situazioni di comunicazione con elementi noti e non noti.

Lasciatevi ispirare!

Per la formazione in abilità di comunicazione usiamo tecniche di gioco di ruolo. Brevi scenari di gioco di ruolo vengono rappresentati (individualmente o in gruppi) e videoregistrati per guardare le prestazioni più tardi e la correzione dei deficit in ogni area. Formatori e psicologi monitorano i partecipanti al di fuori del contesto della seduta di formazione per vedere se l'apprendimento è trasferita ad altre aree della loro vita quotidiana. Particolare attenzione è rivolta a intonazione, tonalità, fluidità, e chiarezza del discorso, volume della voce, velocità, tempi della parola e della attesa di risposta. La stessa metodologia viene utilizzata per formare in abilità di base per l'interazione sociale, in abilità conversazionale e interazionale avanzata e in comunicazione non-verbale:

- ◇ Abilità di base per l'interazione sociale: ascolto, seguendo istruzioni, chiedendo informazioni, cortesia e gentilezza, dare presentazioni, fare complimenti.
- ◇ Abilità conversazionale: iniziare e mantenere una conversazione, prendere e dare la parola, cambiare argomento e terminare una conversazione.
- ◇ Abilità per la comunicazione avanzata: chiedere aiuto, chiedere scusa, farsi coinvolgere, convincere gli altri e conversare con gli sconosciuti.
- ◇ Comprendere la comunicazione non-verbale: l'espressione del viso, il sorriso, lo sguardo degli occhi, la postura, l'aspetto fisico nella comunicazione, l'orientamento del corpo, la distanza, il contatto fisico, i gesti.

Durante i laboratori, un'attività viene utilizzata per sviluppare l'abilità in comunicazione: "Il primo passo". Mentre i partecipanti si muovono nella stanza, il formatore chiede loro di pensare a una situazione e di evocare le sensazioni relative a tale situazione. Senza fermarsi a camminare i partecipanti dovrebbero riprodurre quella sensazione utilizzando un solo movimento. Poi, in fila, tutto il gruppo ripete ogni movimento.

GESTIRE EMOZIONI

Le persone con malattia mentale affrontano problemi psicologici legati a disturbi emotivi come ansia, stress, impotenza, paura ecc. Nel corso della loro vita sperimentano lo stress legato, da un lato, alla loro condizione e, dall'altro, allo stress della vita quotidiana. Il teatro ha un effetto terapeutico in questi casi, perché aiuta le persone ad acquisire abilità nell'affrontare e gestire queste emozioni, basati sulla capacità di dirigere il proprio comportamento in diverse situazioni di stress, gestendo variabili interne ed esterne nella direzione desiderata di ogni persona.

Lasciatevi ispirare!

Per la formazione in gestione delle emozioni, è possibile utilizzare l'attività "Come mi piacerebbe essere". Tale attività ha tre fasi:

- 1 - La prima fase si chiama "Auto-ritratto". I partecipanti identificano una situazione vissuta durante la settimana passata e la collegano a come si sono sentiti con qualcosa di specifico (un colore, un oggetto, una stagione, un paesaggio ecc.). Quindi, viene chiesto loro di catturare la sensazione in una tela con pittura acrilica.
- 2 - La seconda fase si chiama "Scegli la tua fine". I formatori lavorano individualmente con i partecipanti sulla situazione scelta e chiedono loro di immaginare un finale diverso per questa situazione e come si sarebbero sentiti. Poi i partecipanti sono invitati ad esprimere in un dipinto l'emozione che il finale diverso (per la stessa situazione iniziale) suscita in loro, spiegando l'importanza di gestire la situazione per controllare le emozioni.

3 - La terza fase è una mostra in cui ogni partecipante mostra le proprie opere d'arte e le proprie emozioni, spiegando ciò che hanno imparato da quella situazione.

COOPERAZIONE CON ALTRI

Le relazioni interpersonali sono importanti per il funzionamento psicosociale in generale e come protezione contro i fattori di stress ambientale. La rete sociale che circonda le persone con malattia mentale è di tale importanza che potrebbe essere uno degli aspetti più importanti nella cura e nella riabilitazione. Sistemi di sostegno sociale sono fondamentali per rimanere con successo nella comunità.

Lasciatevi ispirare!

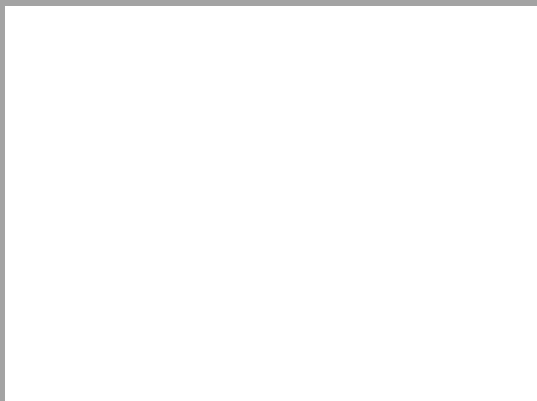
Dal momento in cui una persona è coinvolta nel progetto ARTERY, entra a far parte di un gruppo. La persona non si sente isolata e in questo modo il suo senso di sicurezza aumenta. Le relazioni costruite nel gruppo vengono trasferite a un ambiente esterno, consentendo ai partecipanti di interagire in modo giocoso e personale.

L'attività denominata "Chi siamo" può aiutare a sviluppare la cooperazione, il lavoro di squadra e il senso di appartenenza. Si può eseguire all'inizio dei laboratori, cominciando a chiedere ai partecipanti di cercare un nome per chiamare il gruppo. Ognuno deve proporre almeno un nome per il gruppo e scrivere un breve racconto su di esso. Una volta che tutti hanno condiviso le proposte dei nomi, i partecipanti esprimono le proprie opinioni e cercano di convincere gli altri a scegliere le loro proposte. Quando il nome viene scelto, i partecipanti con il supporto dei formatori cercano un movimento collettivo o un gesto che verrà eseguito per rafforzare il lavoro di squadra e il senso dell'appartenenza. Poi i partecipanti creano una scena di gruppo dove ognuno ha un proprio spazio e una propria posizione. Tale scena, che sarà usata alla fine di ogni prova, dimostra che ognuno è importante. Se qualcuno manca alla prova, il suo spazio sarà vuoto, nessuno lo riempirà.

[Il nome del gruppo teatrale TeaTREVÉS è stato scelto dai partecipanti utilizzando l'attività sopra descritta "Chi siamo".]



ESERCIZI DA RACCOMANDARE



CAPITOLO 6

esercizi



In questo capitolo si trovano alcuni esercizi e metodi per lavorare sui temi descritti nelle sezioni precedenti. Tuttavia, gli esercizi sono solo strumenti, e come tutti gli strumenti, essi possono essere inefficaci se non sono applicati correttamente. È molto importante usare questi esercizi in modo responsabile. Iniziare sempre definendo i vostri obiettivi e quindi verificare se uno di questi esercizi possono aiutare a raggiungere lo scopo, e non viceversa. Inoltre, vi preghiamo di ricordare che gli esercizi dovrebbero sempre essere adattati alle particolarità del proprio gruppo target.

Una nave nel mare agitato

Autore: Associazione Teatro Grodzki

Durata: 2 - 5 minuti

Numero di partecipanti: 20 - 30

Materiale/Spazio necessario: una grande sala, benda per la nave

Obiettivi: Questo esercizio teatrale può essere praticato con una varietà di gruppi, con differenti livelli di capacità e abilità. Porta sentimenti di sicurezza e protezione in un team e migliora l'integrazione dei suoi membri. Esso esercita anche diversi sensi - l'udito e il tatto. Eseguiamo spesso questo esercizio, su richiesta dei partecipanti con difficoltà di apprendimento e disabilità fisiche e mentali. Lo trovano molto utile, confortante, integrante e coinvolgente. Li aiuta con la partecipazione nel gruppo e aumenta il loro senso di benessere.

Processo: I partecipanti dovranno formare un cerchio, tenendosi per mano. Rappresenteranno il mare - onde individuali. A una persona si chiede di essere una nave - a stare al centro circondata dalle onde (è meglio se qualcuno si offre volontario per farlo). Lui o lei dovrebbe avere gli occhi chiusi o coperti con una benda. Il compito della nave è quello di arrivare a un faro, nonostante il rumore e il movimento del mare. Un'altra persona è selezionata per assumere il ruolo del faro e provare a 'navigare' la nave chiamandola con il suo nome (potrebbe essere il nome reale della persona). Le onde si muovono verso l'interno e verso l'esterno (verso la nave e lontano da essa) per creare confusione. I partecipanti devono sempre tenersi per mano in cerchio. Essi potranno anche rendere il suono del mare - sibili, fischi, sussurrando, risucchiandola per rendere più difficile per il faro di comunicare con la nave. È permesso di girare delicatamente la nave ogni tanto per farle perdere il suo corso. La nave può premere (ma non spingere) contro le onde per trovare la strada. Alla fine, quando è nelle vicinanze della destinazione, il faro può stendere le sue mani verso il partecipante e portare la nave a riva.

Rischi e sfide: Per quanto riguarda i rischi e le sfide, può essere fonte di confusione cercare di trovare la propria strada attraverso il caos e la confusione. Il ruolo del faro deve essere somministrato a qualcuno in grado di proiettare la sua voce anche attraverso la folla. Il formatore dovrebbe spiegare all'inizio che non è consentito spingere, prendere o trattenere la nave, soprattutto se l'esercizio è fatto con i gruppi più giovani.

Autore: Associazione Teatro Grodzki

Durata: 10 - 20 minuti (a seconda del numero dei partecipanti, dato che ciascuno di essi fa questo esercizio, uno per uno)

Numero di partecipanti: 10 - 20

Materiale/Spazio necessario: una grande stanza, una benda per coprire gli occhi

Obiettivi: Questo esercizio teatrale può essere praticato con una varietà di gruppi, con differenti livelli di capacità e abilità. Aiuta ad alleviare ansie e paure e aumenta la fiducia e la comprensione reciproca. Porta sentimenti di sicurezza e protezione in un team e migliora l'integrazione dei suoi membri. Fare questo esercizio spesso con i partecipanti con difficoltà di apprendimento e disabilità fisiche e mentali. Li aiuta per la partecipazione nel gruppo e aumenta il loro senso di benessere.

Processo: Una rete di sicurezza è creata dai partecipanti che stanno alla fine della stanza, tenendosi per mano. Stanno in fila, formando un semicerchio - alcuni di essi stanno alla fine della stanza, altri negli angoli e alcuni ai lati della stanza. Due persone stanno di fronte alla rete - sono cacciatori (è meglio scegliere il formatore e un partecipante). Un membro del gruppo che si offre volontario va verso l'altra estremità della stanza. Lui o lei dovrebbe avere gli occhi chiusi (si consiglia di bendarli). Il compito consiste nel correre da un lato della stanza all'altro il più velocemente possibile senza timore di colpire un muro. Il compito del gruppo è quello di assicurarsi che la persona non sbatta contro qualcosa. Se lui o lei non corre in modo dritto, ma, per esempio, girando a destra, i movimenti della rete vanno in quella direzione. I partecipanti in genere corrono in linea retta, ma la rete deve essere pronta a muoversi per proteggere chi corre. Quando lui/lei è al centro della stanza, i cacciatori hanno bisogno di fermare la persona in modo sicuro. È meglio prendere la persona dalla sua vita per rallentarla e fermarla.

Rischi e sfide: Per quanto riguarda i rischi, può essere scomodo per il cacciatore di fermare chi corre se lui o lei si protegge spuntando mani o gomiti. Il formatore deve informare i partecipanti che i cacciatori potrebbero essere feriti in questo modo. Paradossalmente, il ruolo di un cacciatore è a volte più scomodo che il ruolo di una persona che cade nella rete di sicurezza. Tutti i membri del team dovrebbero assumere a turno il ruolo del cacciatore, a meno che qualcuno non contesti fortemente. La prima persona a fare il cacciatore ha più bisogno di incoraggiamento, poi l'esercizio viene eseguito senza problemi, dato che i partecipanti possono vedere che essi saranno protetti dal gruppo.

Scarpe Magiche

Autore: Teatro senza Dimora

Durata: 5 minuti per ogni partecipante

Number of participants: 3 - 10

Materiale/Spazio necessario: una zona abbastanza grande per muoversi, carta e penna, un elenco dei vari tipi di disabilità (ad esempio la malattia di Parkinson, una persona senza gambe o una disabilità degli arti inferiori, una persona affetta da psicosi maniaco-depressiva ecc.)

Obiettivi: Questo esercizio aiuta i partecipanti a conoscere diversi tipi di disabilità fisiche e mentali. Esso consente di “camminare nei panni” delle persone con disabilità diverse per un po’ e di sperimentare come si sentono. In particolare, questo esercizio può essere utilizzato per:

- ◇ contribuire a rendere più consapevoli le persone sane a comprendere le persone con disabilità fisiche o mentali
- ◇ migliorare la convivenza tra persone sane e disabili nella società
- ◇ concentrarsi sul proprio corpo e sui propri sentimenti
- ◇ migliorare la memoria
- ◇ creare una consapevolezza dei diversi tipi di disabilità
- ◇ ispirare e migliorare la creatività
- ◇ aumentare la fiducia
- ◇ insegnare ai clienti di seguire le procedure e creare una struttura semplice
- ◇ scoprire nuove sensazioni e intuizioni
- ◇ consentire ai clienti di provare i sentimenti di altre persone
- ◇ sviluppare i mezzi di comunicazione non-verbale
- ◇ avviare un dibattito su condizioni sociali, diritti e opportunità delle persone con disabilità nel proprio paese.

Processo: Il formatore descrive brevemente l’esercizio al gruppo e spiega lo scopo dell’esercizio. Il formatore distribuisce poi un pezzo di carta a ciascun partecipante, su cui sono descritti vari tipi di disabilità. Il formatore chiede ai partecipanti di concentrarsi e pensare alle disabilità descritte sul pezzo di carta che hanno ricevuto. Ogni partecipante rappresenta la propria disabilità di fronte al gruppo senza usare le parole. Il gruppo cerca di capire quale disabilità viene rappresentata dalla persona. Infine il formatore conduce un giro di feedback verbale da parte dei partecipanti per spiegare come si sono sentiti durante la presentazione della propria disabilità.

Rischi e sfide: Prima di eseguire l'esercizio, è necessario chiedere ai partecipanti se esso è accettabile per loro. I clienti che stanno ancora imparando ad affrontare la propria disabilità, possono trovare alcuni esercizi un po' provocatori.

Raccomandazioni per lo svolgimento dell'esercizio:

- ◇ avere nel gruppo clienti con disabilità sia fisica che mentale
- ◇ il formatore o terapeuta deve fare l'esercizio per conto proprio prima di farlo fare ai clienti
- ◇ si consiglia di far rappresentare la disabilità per non più di 5 minuti per ogni partecipante
- ◇ fare l'esercizio all'interno in quanto è più intimo e i partecipanti possono concentrarsi meglio
- ◇ fare l'esercizio con clienti che già si conoscono a vicenda; ciò li farà sentire più a loro agio, avendo già stabilito rapporti sicuri con i loro pari

Quando indovinano la disabilità, è inoltre possibile chiedere ai clienti, domande come "Perché pensi che la disabilità è particolare? Cosa te lo fa pensare?" ecc.

La Situazione X

Autore: Key & Key Communications

Durata: 1 ora per ogni situazione

Numero di partecipanti: 8 - 15

Per tutti gli esercizi di comunicazione il numero ideale di partecipanti è compresa tra 8 e 12. Il numero di quindici partecipanti è ancora accettabile. Se non è possibile evitare di avere più di 15 partecipanti nel gruppo, sarebbe bene avere un tutor per un sottogruppo incaricato a supervisionare le attività di formazione, sostenendo così il formatore.

Materiale/Spazio necessario: Un foglio di carta con le istruzioni come descrivere un'interazione, videocamera o registratore audio e computer con proiettore, un foglio di carta con istruzioni per l'osservazione. Se esistono registrazioni video da altri laboratori, e i partecipanti hanno dato il loro consenso a essere mostrati, tali video possono essere utilizzati per l'osservazione.

Obiettivi: In questo esercizio il linguaggio del corpo può essere osservato in maniera molto più dettagliata, lasciando i partecipanti concentrarsi su ciascuna parte significativa del corpo, la sua posizione, movimenti, distanza da altri interlocutori e posizione nello spazio situazionale. I partecipanti imparano a osservare evitando di giudicare, perché viene loro chiesto di descrivere, in modo neutrale, ciò che vedono. Attraverso questa attività di formazione i discenti possono applicare tutte le loro conoscenze e abilità acquisite durante le precedenti sedute di comunicazione - si possono osservare elementi di comunicazione e le pratiche che hanno imparato. Con questo esercizio si vedrà che tutti e quattro i piani di comunicazione interagiscono. In questo modo i partecipanti comprendono la natura complessa della comunicazione.



Processo: Nell'attività di formazione "La Situazione X", i partecipanti dovranno descrivere/inventare una situazione X e darle un nome. Se non tutti i partecipanti parlano la stessa lingua, persone che condividono più o meno una lingua devono lavorare insieme. Se tutti i partecipanti parlano la stessa lingua (anche se non allo stesso livello) il tempo necessario è almeno 1 ora complessivamente per ogni situazione.

Il lavoro consiste in tre fasi principali:

- (1) descrivere/inventare una situazione
- (2) simulare la situazione assumendo i ruoli necessari (viene videoregistrato)
- (3) guardare tutti insieme il video realizzato durante la simulazione.

Il lavoro si svolge in coppia: da un lato, le persone descrivono una storia tratta da una interazione di vita reale (che hanno vissuto o a cui hanno assistito oppure che hanno appena inventato) tra un adulto-in-mobilità e un cittadino locale; descrivono brevemente la situazione fisica, i partecipanti e i loro obiettivi da raggiungere nella situazione. In secondo luogo, lo simulano in una stanza tranquilla separata dalla sala plenaria: non essere visti in quel momento fa sentire i giocatori di ruolo più rilassati. In terzo luogo, dopo che ogni partecipante ha prodotto un gioco di ruolo all'interno di una simulazione e tutte le scene sono state video-registrate, il formatore inizia a mostrare il video. Prima che i partecipanti lo guardano, il formatore distribuisce incarichi: come osservare e cosa osservare. I partecipanti devono concentrarsi, guardando o ascoltando, solo su uno degli elementi di comunicazione imparato finora (ad esempio il volume della voce, velocità, pause, sorriso, sguardo degli occhi, colore del vestito ecc.); ciò è importante non perché è più facile, ma perché una osservazione attenta è un'opportunità per conoscere meglio il nostro e altrui comportamento. Un altro importante motivo risiede nel fatto che essendo obbligati di osservare e descrivere i dettagli, si è meno spinti a giudicare. Infatti è fondamentale che i partecipanti non si giudichino a vicenda, ma descrivano in modo neutrale ciò che vedono o sentono.

Rischi e sfide: Ci sono due rischi potenziali in questa attività di formazione:

- (1) Piuttosto che descrivere, i discenti tendono a giudicare gli altri e se stessi.
- (2) Gli stereotipi possono emergere.

La sfida è quindi quella di affrontare tali stereotipi, sia positivi sia negativi. Alla fine, una sfida generale è che l'abilità acquisita nella sala di formazione sarà da applicare fuori nel mondo "reale".

Oggetto come metafora

Autore: Centro per l'Educazione e la Formazione "Agricola"

Durata: 15 - 30 minuti (a seconda della grandezza del gruppo)

Numero di partecipanti: 5 - 20

Materiale/Spazio necessario: I materiali consistono in un insieme di oggetti disposti ad esempio su un tavolo. Gli oggetti possono comprendere: a) Una raccolta di cose diverse, tra cui giocattoli, utensili per la casa, vestiti, decorazioni; b) una raccolta di pietre diverse; c) un insieme di bottoni diversi; d) una collezione di cappelli diversi; e) una collezione di figure di animali diversi; o f) una scelta di alcuni oggetti presenti nella stanza; g) oggetti/materiali scelti dalla natura; h) diversi tipi di immagini.

Obiettivi: Un oggetto o un materiale aiuta il discente ad esempio in una situazione di auto-presentazione a raccontare qualcosa di se stesso. L'oggetto fornisce distanza, ma stimola anche la fantasia. Narrare e ascoltare le storie degli altri rende anche i membri del gruppo più vicini e stimola gli studenti a svolgere attività comuni. Al momento del feedback, l'oggetto diversifica anche il feedback.

Processo: Ogni membro del gruppo sceglie un singolo oggetto per rappresentare qualcosa che è stato chiesto e spiega la propria scelta, perché ha scelto quel particolare oggetto. L'oggetto può essere scelto per descrivere se stessi, le proprie sensazioni fisiche o mentali del momento, la propria situazione di vita del momento, l'età, una sensazione del momento, qualcosa che si sta sognando, qualcosa di cui si ha paura o cosa uno si aspetta che accada quel giorno, o di come il gruppo si sente. Dopo aver effettuato la scelta, ciascuno/ciascuna è invitato/a a dire perché ha scelto quel particolare oggetto. L'attività 'scelta oggetto' può essere utilizzata anche al termine di un lavoro per concretizzare il feedback.

Rischi e sfide: Ci deve essere un numero sufficiente di oggetti in proporzione al numero dei partecipanti, per consentire ai partecipanti di avere una reale possibilità di scelta. La scelta non deve essere fatta in fretta. Anche la situazione narrativa deve essere pacifica, al fine di dare spazio a tutti. Tuttavia, l'obiettivo non è quello di raccontare la propria storia di vita. È inoltre importante concentrarsi sull'ascoltare le storie degli altri. Questo esercizio può essere utilizzato con il gruppo in varie occasioni di incontro modificando la questione su cui si basa la scelta. Tuttavia, il formatore deve fare attenzione che l'esercizio non diventi meccanico e noiosamente ripetitivo. Il formatore deve anche prestare attenzione alla storia, la storia narrata sarà apprezzata dagli altri, e il narratore non sarà etichettato dall'oggetto che ha scelto.

Il Metodo della Lavorazione di Storie

Autore: Monika Riihelä / Centro per l'Educazione e la Formazione "Agricola"

Durata: 30 minuti e più

Numero di partecipanti: 2 e più

Materiale/Spazio necessario: Per ogni storia è necessario un foglio di carta. Il narratore possiede il copyright sulla propria storia. In altre parole, sarà titolare della storia scritta. Il formatore o il partner può chiedere una copia del racconto e il narratore può darla o no (Riihelä, 2000).

Obiettivi: L'obiettivo è di incoraggiare il narratore a raccontare la propria storia e farla sentire proprio nel modo in cui lui o lei l'ha vissuta. L'esperienza personale di ognuno rappresenta un sapere speciale che gli altri non possiedono. Ascoltare le storie degli altri ha un effetto di raggruppamento. Ascoltare la propria storia come uno l'ha detta ha un effetto incentivante e approfondisce la comprensione di sé. Inoltre, questa attività può anche aumentare la comprensione di altre esperienze all'interno del gruppo di discenti in questione. Quando il narratore sente la propria storia letta ad alta voce, può notare alcuni propri "errori" e ha la possibilità di correggerli.

Processo: Il Metodo della Lavorazione di Storie è un metodo narrativo sviluppato dalla psicologa finlandese, Monika Riihelä (2000, 2001), che inizialmente lo ha creato quando stava lavorando con i bambini. Questo metodo è adatto anche ad adulti. Il metodo consiste in quattro fasi, che lo differenzia da altri metodi narrativi: 1) il racconto (narratore), 2) scrivere la storia accuratamente parola per parola e suono per suono (dal formatore o partner), 3) leggere la storia ad alta voce (dal formatore o partner), 4) effettuare le rettifiche richieste dal narratore (dal formatore o partner).

Nel Metodo della Lavorazione di Storie si chiede ai partecipanti: "Raccontate una storia che volete. Io la scrivo esattamente nel modo in cui la direte. Quando la storia è pronta la leggerò ad alta voce. E poi se volete, potete correggerla o apportare modifiche se desiderate." L'adulto o formatore o partner scrive la storia su un foglio di carta. È importante annotare la storia esattamente come la persona la dice. Si deve controllare il proprio desiderio di cambiare la lingua parlata e di correggere errori commessi dal narratore (Riihelä, 2001).

Quando si usa il Metodo della Lavorazione di Storie, non si deve né anticipare, né dirigere il corso della conversazione. Non vi è inoltre alcuna valutazione della narrazione. Il narratore deciderà autonomamente l'argomento e come e cosa vuole raccontare.

Il Metodo della Lavorazione di Storie può essere effettuato in coppie o in gruppo, in una situazione intima o in un luogo pubblico. Se tutti i membri del gruppo sanno scrivere, il gruppo può essere diviso in coppie, in modo che uno è il narratore e l'altro scrive la storia. Dopo il primo processo, i ruoli sono invertiti. Lavorando in gruppo, è anche possibile raccontare a turno mentre il formatore scrive la storia e poi la legge ad alta voce al gruppo. In questo caso, può essere scelto un argomento comune (Riihelä, 2000, 2001).

Rischi e sfide: È importante per chi scrive la storia, ascoltare con molta attenzione il narratore e scrivere il tutto parola per parola e suono per suono. Gli errori di suono, la grammatica o la storia stessa non deve essere corretta. La storia non deve essere valutata. L'unica persona che ha il permesso di correggere la storia è il narratore stesso.

Il Gioco della Verità

Autore: Centro per l'Educazione e la Formazione "Agricola"

Durata: 15 - 20 minuti

Numero di partecipanti: 6 - 20

Materiale/Spazio necessario: Sedie disposte in cerchio, una sedia in meno rispetto al numero di partecipanti.

Obiettivi: Questo gioco aiuta a conoscersi a vicenda. Parlando di cibi preferiti e hobby emerge l'umorismo coinvolto nel gioco, che può aiutare a rilassare l'atmosfera e dare energia ai partecipanti. Si attiva il movimento fisico e ci si riscalda per l'attività in comune.

Processo: I partecipanti sono seduti in cerchio sulle sedie. Vi è una sedia meno rispetto al numero dei partecipanti. Una persona si trova al centro del cerchio. Quella persona dice qualcosa che è vero per lui o lei, e tutti gli altri, per i quali questo è altrettanto vero, si scambiano di posto. La persona al centro cerca di ottenere una delle sedie lasciate libere. Alla persona che ha detto che è vero anche per lui o lei non è consentito di sedersi sulla propria sedia, o sulla sedia accanto. Colui o colei a cui non sarà possibile ottenere una sedia, sarà il prossimo o la prossima a stare al centro.

Questo gioco può essere realizzato a un livello più leggero, quando è più facile per i partecipanti di esprimere le proprie verità. La persona al centro dice per esempio: "Ho scarpe nere", e tutti quelli che hanno anche le scarpe nere cambiano di posto. Oppure: "Il mio colore preferito è il rosso" o "Il mio cibo preferito è la pizza". L'area tematica può anche essere concordata preliminarmente. È inoltre possibile scegliere argomenti più seri, per esempio: "Ho paura di ... lo sogno di ..."

Rischi e sfide: Il formatore deve fare in modo che lo scambio di sedia non diventi troppo veloce e violento. Il formatore deve anche evitare di prendere la conquista delle sedie troppo sul serio. Inoltre, se viene scelto un argomento serio, i membri del gruppo dovrebbero conoscersi già abbastanza bene.

Autore: Fondazione INTRAS

Durata: 30 minuti

Numero di partecipanti: più di 10

Materiale/Spazio necessario: Stanza (uno spazio fisico di dimensioni sufficienti per poter svolgere le attività) e computer portatile per riprodurre musica.

Obiettivi: Questa attività mira a promuovere la comunicazione non-verbale (contatto visivo, espressioni facciali, contatto con il corpo e distanza fisica, interazione con i pari) e il processo psicomotorio (il ritmo, movimenti controllati).

Processo: Prima di iniziare l'attività, il formatore prepara una sequenza di movimenti di facile esecuzione da parte di persone con disabilità, come battere le mani, battere sulle gambe, battere i piedi per terra, gridare ad alta voce un saluto "Helloooo", fischiare ecc. Inoltre, il formatore deve avere un elenco di musiche, qualche ritmo rapido e alcune canzoni più lente, con cui lavorare durante le sedute. Durante l'ascolto i partecipanti possono scegliere quale canzone vorrebbero preparare (può essere data la possibilità di portare le proprie canzoni per la prossima seduta). All'inizio della seduta, il formatore chiede ai partecipanti di formare un semicerchio attorno a sé, con tutti in piedi. Il formatore introduce una sequenza di movimenti da effettuare che vanno ripetuti dal gruppo, uno per uno. Ogni movimento viene fatto in primo luogo dal formatore e poi ripetuto da 3 a 6 volte da parte del gruppo. Una volta che due diversi movimenti vengono appresi, il formatore mescola ciascuno di essi e chiede ai partecipanti di ripetere la sequenza. Quindi, un terzo movimento viene introdotto dal formatore, ripetuto dal gruppo, e poi aggiunto ai due movimenti precedenti, e così via. Mentre il gruppo impara la sequenza, il formatore può aumentare il ritmo per insegnare come seguire il ritmo. Una volta che la sequenza è appresa, può diventare più complessa, cambiando postura e anche lavorando con un partner, e, infine, eseguire la sequenza lavorando al ritmo della musica. I partecipanti possono praticare faccia-a-faccia, in un gruppo di tre o quattro, e via di seguito.

Risultati: Questa attività sviluppa il senso di appartenenza, migliora il contatto visivo, il linguaggio del corpo e la comunicazione non-verbale. I risultati sono migliori in quanto questa attività è piacevole e divertente ed è molto utile all'inizio della seduta. Si tratta di un'attività molto efficace per rompere il ghiaccio e come attività di riscaldamento.

Rischi e sfide: Il formatore deve fare in modo che la sequenza dei movimenti venga appresa da tutti i membri del gruppo, ripetendo ogni movimento tante volte quanto necessario, e renderlo più breve e più facile se il gruppo ha problemi a seguire i primi passi. Il rischio, quando si ripetono i movimenti molte volte è che le persone, che sono brave a seguire il ritmo, si annoino. Quando si seleziona il brano musicale per le varie sedute, il formatore deve garantire che il ritmo della musica scelta non sia troppo veloce.

Teatro delle immagini

Autore: Fondazione INTRAS

Durata: 20 - 30 minuti

Numero di partecipanti: 6 - 12

Materiale/Spazio necessario: Una stanza di dimensioni sufficienti per eseguire una scultura umana

Obiettivi: Nel teatro delle immagini si possono creare fotografie o tavole di situazioni reali che uno o più membri del gruppo hanno subito. Esso consente l'esplorazione dei sentimenti e delle risoluzioni possibili in un ambiente sicuro.

Processo: Il formatore chiede al gruppo di pensare a un problema - per esempio, isolamento, discriminazione, pregiudizio, intolleranza - che sta molto a cuore ai partecipanti e che potrebbero illustrare con un esempio specifico. Poi chiede a qualcuno del gruppo di offrirsi volontario per raccontare la propria esperienza e diventare lo scultore, indicando quante persone occorrono per rappresentare l'esperienza. Chiede ai volontari di diventare una scultura vivente. Lo scultore scolpisce ogni persona in un personaggio della scena. Possono farlo dimostrando la posa e chiedendo alla persona di copiare. Se i partecipanti si sentono a loro agio, lo scultore può regolare le espressioni facciali e spostare fisicamente gli arti nella posizione desiderata. Quando l'immagine è completa, lo scultore chiede ai personaggi immobili di prendere vita uno alla volta e di esprimere i loro pensieri ad alta voce. Questo è chiamato "tracce di pensiero". È possibile seguire le discussioni di ciascuna immagine chiedendo ai membri del gruppo di scolpire una possibile soluzione alla situazione. Che ogni persona del gruppo ha un turno per essere lo scultore se lo desidera e il tempo lo permette.

Risultati: I miglioramenti sono stati osservati in aree specifiche legate all'abilità di comunicazione con un significativo miglioramento nelle espressioni facciali e nel linguaggio del corpo. Le modifiche ai componenti non-verbali sono significative. I partecipanti inoltre acquisiscono fiducia in se stessi e migliorano la loro capacità di empatia.

Rischi e sfide: Il formatore deve garantire che nessuno possa essere ferito! Una sfida sarebbe terminare la seduta con una riflessione costruttiva e una valutazione dell'attività. Si potrebbe chiedere a ogni partecipante della scena come si sentiva a essere modellato in un personaggio o raffigurare una specifica emozione e chiedere ciò che gli osservatori hanno provato assistendo alla rappresentazione. Infine, si dovrebbe chiedere ai volontari originali, la cui problematica è stata esplorata, cosa hanno imparato o guadagnato dalla creazione della scena. I lavori di questa natura, a seconda dell'argomento, possono suscitare emozioni forti e quindi deve essere trattata con grande sensibilità. Assicurarsi sempre che la seduta consenta sufficiente tempo per un'attività di rilassamento per ristabilire l'equilibrio.

Autore: Fondazione INTRAS

Durata: Due volte 20 minuti più il tempo di valutazione (soprattutto dopo il secondo turno)

Numero di partecipanti: 6 - 30

Materiale/Spazio necessario: Stanza (uno spazio fisico di dimensioni sufficienti a svolgere le attività) e una lunga striscia di carta (5 - 10 metri) con sopra una scala da 1 a 10

Obiettivi: Un esercizio da essere usato due volte come parte di una formazione o di un laboratorio più lungo, una volta all'inizio, una volta alla fine. Lo scopo dell'esercizio è quello di rendere consapevoli le persone con disabilità delle loro proprie abilità, e anche di ciò che essi possono (ancora) imparare partecipando a una certa attività di formazione.

Processo: Il formatore avvia la seduta spiegando ai partecipanti che la scala serve a mostrare le proprie capacità personali e che tutti i partecipanti sono tenuti a giudicare onestamente se hanno ancora bisogno di acquisire queste capacità (1) o se pensano di averle già perfettamente acquisite (10). Va anche spiegato che l'esercizio sarà ripetuto alla fine della formazione o del laboratorio per vedere se ci sono eventuali modifiche, o perché le persone hanno acquisito abilità o perché hanno scoperto che avevano abilità che non conoscevano ancora. È importante chiarire che nessuno sarà giudicato in base alla propria posizione sulla scala, che l'esercizio è principalmente per loro. Il formatore enuncia un'affermazione al gruppo e chiede alle persone di posizionarsi; chi è completamente d'accordo con l'affermazione, dovrebbe andare alla posizione 10; chi ritiene che essa non si applichi per niente a lui o lei, dovrebbe andare alla posizione 1, oppure a una posizione intermedia. Poi, il formatore chiede alcune persone del gruppo di spiegare la propria posizione, ma nessuno deve essere costretto a dire qualcosa se non ne ha voglia. L'esercizio può essere ripetuto con diverse altre affermazioni. Al termine della formazione, il formatore ripete il metodo e chiede alle persone se qualcosa è cambiato per loro dalla prima volta.

Esempi di affermazioni:

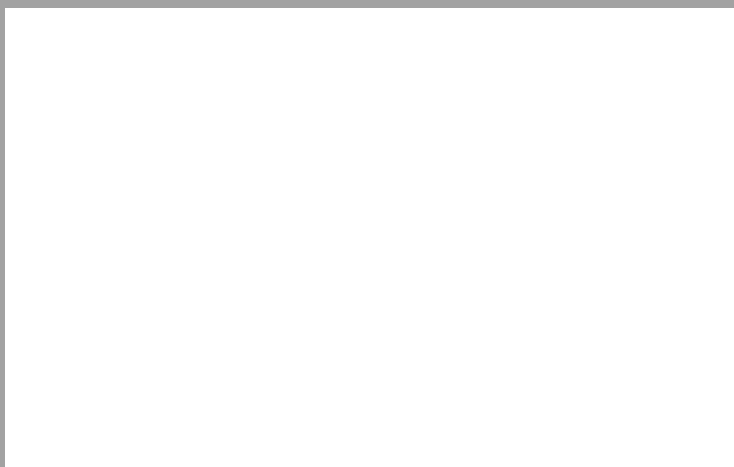
- ◇ Sono molto bravo/a ad ascoltare le persone
- ◇ Io sono bravo/a a esprimere i miei sentimenti
- ◇ Io sono bravo/a a lavorare con altre persone
- ◇ Io sono bravo/a ad aiutare le persone
- ◇ Io sono bravo/a a raccontare storie
- ◇ Io sono bravo/a a parlare di fronte a un gruppo di persone
- ◇ Ho un buon senso dell'umorismo

Risultati: Questa attività aiuta le persone a essere consapevoli delle loro capacità personali, migliorando così la fiducia in sé e l'autostima. È molto efficace come metodo di valutazione e attività di consapevolezza.

Rischi e sfide: Ci devono essere sufficienti affermazioni in modo che ognuno trovi se stesso/a bravo/a in una o più abilità, evitando che qualche partecipante si senta male perché non ha trovato alcuna affermazione che corrisponda alle proprie qualità/abilità. Il formatore dovrebbe prendersi il tempo di scegliere con attenzione le affermazioni, tenendo conto delle competenze di tutti i membri del gruppo. È importante osservare la reazione dei partecipanti (espressioni facciali, gesti) durante la seduta per rilevare se un membro del gruppo si sente a disagio con l'attività o giudicato dagli altri. Questa attività può essere seguita da una riflessione e da una valutazione finale, chiedendo ai partecipanti le seguenti domande: È stato difficile per voi di pensare quali sono le proprie capacità? Avete imparato di più su di voi stessi/e o sugli altri? Volete migliorare le abilità alle quali avete attribuito un punteggio minore? Volete aiutare gli altri a migliorare le abilità a cui hanno attribuito un punteggio più basso? Pensate di aver guadagnato qualche qualità/abilità partecipando a questo tipo di formazione/laboratorio? Se sì, quale?



ESEMPIO DI BUONE PRATICHE



-
-
-
-
-
-
-
-

CAPITOLO 7

pratica



Molti anni di esperienza nel lavoro con gruppi svantaggiati hanno portato sostanziali “know-how” a tutti i partner del progetto ARTERY. Molte attività di formazione sono state realizzate con successo con persone senza fissa dimora e con persone con disabilità fisiche e mentali. Esse hanno avuto un impatto eccezionale sul gruppo. Da queste attività abbiamo scelto un esempio di formazione vocale, realizzato dall’Associazione Teatro Grodzki. I video che illustrano le attività descritte qui sotto si possono trovare nella sezione Actor’s craft sulla piattaforma ARTERY (<http://arteryproject.eu/>). Partecipanti filmati frequentano Laboratori di Terapia Occupazionale per persone con disabilità fisica, affettivo-emotiva e cognitiva. La formazione all’uso della voce faceva parte di un processo di sviluppo più lungo di uno spettacolo teatrale di pupazzi chiamato “The Gift of River” (Il Dono del Fiume). Per quattro mesi i partecipanti sono stati seguiti da Barbara Rau, attrice, burattinaia e formatrice esperta del Teatro Grodzki.

Esercizio della voce

1. Dizione

Il formatore inizia lavorando sulla dizione con sempre due membri del gruppo teatrale. Esercita con ciascuno di essi singolarmente per 20 minuti. Mentre un partecipante sta esercitando, l'altro ha un certo tempo per riposarsi e rilassarsi e per guardare la persona che esercita in azione. Il compito è quello di recitare a memoria i loro ruoli, però, ogni persona ha il suo testo di fronte a sé, per ogni evenienza. Lo scopo di questo lavoro non è quello di imparare il testo a memoria, ma di esercitare la dizione. Tali esercizi aiutano i partecipanti a essere compresi dal pubblico e sono essenziali per il successo della recita.

◊ Nel nostro caso, la formatrice inizia a lavorare con la persona che ha una difficoltà notevole a parlare. Porterà una maschera durante l'esibizione; la corretta articolazione delle parole è molto importante. All'inizio è difficile capire cosa sta dicendo la partecipante. Lei è stressata e troppo coinvolta, così dimentica la maggior parte del testo. La formatrice le chiede di leggere il testo ad alta voce. La prima lettura viene registrata su un dittafono che poi tutti ascoltano. In questo modo un commento non è necessario - la partecipante può sentire lei stessa che non sta parlando in modo chiaro. Nel turno successivo ripete il testo frase per frase, dopo la formatrice, la quale enfatizza le parole più importanti che dovrebbero essere sottolineate. Il successivo compito consiste nell'allungare i suoni vocalici. Quando li allunghiamo artificialmente, la nostra lingua si esercita e si riscalda. Quando si è abituati a 'stirare' i suoni vocalici, non li si 'mangia' durante la recita sul palco. Si ripete un'altra volta la lettura. Questa volta la formatrice aiuta la partecipante a unire le parole in frasi senza intoppi con l'aggiunta di gesti. Lei ricorda alla partecipante situazioni particolari nella recita e le emozioni espresse in quei momenti. Ciò aiuta l'attrice ad articolare e a sottolineare il significato di ogni frase. Dopo 20 minuti di lavoro la prima persona fa una pausa e il secondo partecipante inizia i propri esercizi.

◊ Il secondo partecipante ricorda il suo ruolo, ma parla troppo in fretta, 'mangia' i suoni, in particolare la fine delle parole. La formatrice suggerisce di aprire la bocca di più. Lei menziona diversi esercizi che lui può fare prima di agire sul palco, per esempio nitrire come un cavallo oppure parlare con dei dolci in bocca. Il famoso oratore greco Demostene avrebbe messo pietre in bocca per imparare ad articolare le parole in modo chiaro. Tali esercizi scaldano i muscoli nel nostro apparato fonatorio, che si allentano e lavorano più facilmente. La formatrice propone un esercizio di fronte a uno specchio, concentrandosi sulle vocali. Il partecipante ripete il suo testo guardando i movimenti della bocca allo specchio. Viene analizzata l'articolazione di parole particolari, ad esempio "Opowieści" (storia). L'attore deve guardare il pubblico.

2. Registrare il suono

La registrazione audio di tutti i testi è molto utile in un gruppo di persone con disabilità. Alcuni di loro hanno problemi di memoria o un difetto di pronuncia, che renderebbe molto difficile e stressante recitare il testo dal vivo sul palco. Essi saranno in grado di concentrarsi sulla propria recita durante una esibizione e le loro voci saranno proiettate da un lettore CD.

La registrazione viene effettuata individualmente, da persona a persona. Poi le tracce saranno messe insieme in una registrazione. La formatrice tiene il testo di fronte alla persona che sta registrando il suo ruolo. Sussurra il testo per aiutare il partecipante a ricordarlo. Dopo ogni frase si mette una mano sulla loro spalla per segnalare una pausa. Esibisce anche i gesti e i movimenti che accompagnano il ruolo, per ricordare al partecipante il contesto in cui le battute devono essere dette. Alcune frasi devono essere ripetute, se non sono chiare o recitate troppo in fretta.

Registrazione del suono - Fai da te!

Ci sono molti metodi di registrazioni audio: dai più semplici, dove si può utilizzare un computer portatile con il software appropriato, a più complessi, sulla base di costosi software e hardware (microfono, scheda audio, mixer audio ecc.). Nel Teatro Grodzki sono utilizzate attrezzature di buona qualità e tecniche avanzate per la registrazione del suono per le nostre attività teatrali. Frequenti apparizioni in vari luoghi “difficili” (aria aperta, sale di grandi dimensioni) limitano le opportunità di recita dei nostri partecipanti al laboratorio. Usiamo quindi il playback - un testo registrato da attori con la musica. Tuttavia, questo metodo è costoso, quindi discuteremo alternative anche più semplici per registrare la voce di un attore.

Il modo più economico è, ovviamente, un computer portatile con microfono incorporato (laptop standard) o un PC con un semplice microfono esterno a esso collegato - il tipo di microfono che viene utilizzato per comunicare attraverso internet. Ciò che serve è il programma giusto, e ci sono molti programmi gratuiti su internet. Uno di loro è Audacity 1.3, che è molto semplice. Audacity è un editor di file audio gratuito, che è un'alternativa gratuita a programmi come Cool Edit Pro o WaveLab. Il suo compito principale è quello di registrare e riprodurre file di suoni, di importazione ed esportazione in formati quali MP3, WAV, AIFF, Ogg Vorbis e altri. Audacity 1.3 consente di modificare le tracce audio utilizzando le funzioni taglia, copia e incolla (con la possibilità di invertire gli interventi effettuati), mix di brani e aggiungere effetti (eco, rimozione del rumore, normalizzazione ecc.).

Cominciamo: Impostare un livello di segnale del microfono, e la distanza da esso dalla quale l'attore deve leggere il testo. È necessario ricordare che i suoni “plosivi” (occlusive) come “P” possono causare rumore indesiderato, quindi impostare la giusta distanza dal microfono è un elemento molto importante. Negli studi di registrazione usiamo tutti i tipi di tessuti delicati tra il microfono e l'attore, che sembrano calze da donna, per eliminare gli effetti dei suoni “plosivi” ... L'ultima operazione è quella di installare il programma sul vostro computer e iniziare il lavoro.

Riassumendo...

Lavorare con il testo in teatro può essere laborioso e difficile. Per poter rappresentare il proprio ruolo, si deve prima capire le battute. Imparare a memoria è il prossimo compito. In teatro, è importante sviluppare la cosiddetta ‘stage-memory’- la memoria da palco, vale a dire imparare le proprie battute, durante la rappresentazione del proprio ruolo. Sia durante le prove che durante la recita, i movimenti e i gesti ci ricordano le parole.

Memorizzare e recitare le proprie battute può essere scoraggiante per i partecipanti del laboratorio. Alcuni di loro potrebbero ritirarsi dal gruppo, altri diventano demotivati e hanno bisogno di sostegno. Le situazioni descritte di seguito sono avvenute durante i lavori di una performance dal titolo "The Gift of River" (Il Dono del Fiume), preparata dai partecipanti disabili del Laboratorio di Terapia Occupazionale gestito dall'Associazione Teatro Grodzki.

Rischi e sfide

Interpretazione testuale

Uno dei partecipanti, a cui è stato dato un ruolo fondamentale, ritiene che questa recita sia solo una favola. Egli non prende sul serio il testo che sta presentando. La formatrice comincia ad analizzare il ruolo con lui: gli chiede il significato di alcune delle parole che egli deve pronunciare. Che cos'è che egli vuole veramente dire al pubblico? Qual è il suo atteggiamento verso quello che sta dicendo? È di interesse per lui? È divertente o noioso?

Si scopre che il partecipante ha scelto il concetto di una favola, per metà scherzando e per metà sul serio. Ecco perché non trattava il suo testo sul serio. La formatrice dirige la sua attenzione sulla questione dell'autenticità dei propri enunciati: "Quando si agisce genuinamente e sinceramente, il pubblico lo crede. Saremo convincenti. Se non crediamo in quello che stiamo dicendo, sarà immediatamente visibile. Non possiamo ingannare lo spettatore: egli potrebbe sentirsi superfluo".

La formatrice analizza il ruolo frase per frase, interrogando il partecipante circa il suo atteggiamento verso alcuni problemi: ad esempio, "Era la ragazza la più bella". Lui deve decidere quali sentimenti vuole esprimere. Un testo senza emozione è vuoto. Gli piace il personaggio principale, Dandai, o no? Ha mai visto qualcuno per la strada che gli piaceva o su cui fantasticava? L'attore risponde che in tali situazioni si sente che non ha alcuna possibilità di conquistare una tale persona. La formatrice gli dà consigli su come rappresentare un tale atteggiamento rassegnato sul palco: per esempio, come per annunciare l'arrivo di Dandai con un sospiro. Lei parla del ruolo del teatro nel mettere in evidenza ciò che sentiamo: "Il teatro ha una buona influenza sulle proprie emozioni. Possiamo liberarle quando siamo sul palco, e possiamo esprimerle in modo controllato - ad esempio, imbarazzo o rabbia."

Rassegnazione di un partecipante

Una delle partecipanti non riesce a memorizzare il testo. Si ricorda prima della prova, e poi, nei momenti di stress, dimentica tutto. Lei si innervosisce, ed si arrabbia. La mattina del giorno dei successivi laboratori ha mal di testa e soffre di sensazioni di nausea. Sente l'avvicinarsi della prova e teme che, ancora una volta, lei non sarà in grado di riuscire. Ha ricevuto uno dei ruoli principali. Decide di ritirarsi dalla recita, e si avvicina alla formatrice per informarla della sua decisione. Dato il suo stato psicologico e fisico, non sarebbe utile cercare di convincerla a svolgere il ruolo, e poteva scoraggiarla a partecipare in attività teatrali future. La formatrice ascolta ciò che la partecipante ha da dire, e poi la consola. Spiega che è un ruolo molto impegnativo e suggerisce di prendere parte alla prossima recita, invece, dove solo una piccola quantità di testo dovrà essere memorizzata. Si parte in buoni rapporti. La formatrice organizza un sostituto e introduce il tema delle prestazioni alla persona nuova. Poi spiega la decisione della partecipante che si è ritirata dal gruppo, accogliendo con favore la nuova attrice, che è felice di rappresentare un ruolo così importante.

Gestire la demotivazione

Dopo una prova durante la quale egli ha dovuto ripetere innumerevoli volte il suo testo, uno dei partecipanti è assolutamente demotivato. Dice alla formatrice che sempre quando le cose non funzionano lui crolla completamente e non ha voglia di andare avanti. “Che tipo di vita vuoi avere?” chiede la formatrice e spiega che ci sono molte cose nella vita che non funzionano come si vorrebbe. “Il teatro è una battaglia con le proprie debolezze. Attraverso la recitazione è possibile acquistare fiducia nel proprio corpo e la propria voce. Sono qui solo per portare fuori il meglio di tutti voi.” Lei chiede al partecipante di rimanere e di non mollare. Egli promette che ci proverà.

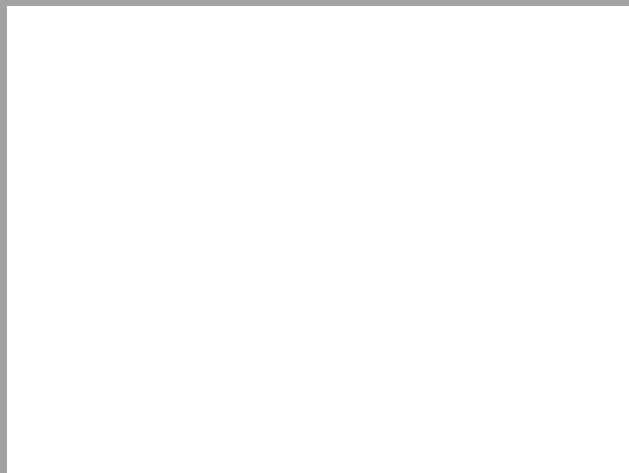
Vorrei ringraziare il gruppo teatrale del Laboratorio di Terapia Occupazionale per aver accettato di documentare il loro lavoro sulla recita intitolata “The Gift of River” (Il Dono del Fiume), e per avermi invitata alla rappresentazione finale, che è stata un vero successo. Sono anche molto grata alla formatrice, Barbara Rau, per la sua benevolenza e il suo sostegno.

Un ringraziamento speciale va a Tomasz Zielinski, co-fondatore dell'Associazione Teatro Grodzki, compositore e musicista, per la sua descrizione dei tecnicismi di registrazioni sonore.

[Agnieszka Ginko, Teatr Grodzki Association]

RACCOMANDAZIONI PER

EDUCATORI E FORMATORI



CAPITOLO 8

educatori



Ci auspichiamo che molti di voi abbiate trovato informazioni utili attraverso le pagine di questo Manuale, sia grazie agli input teorici e pratici, gli strumenti e le attività da utilizzare sia grazie agli esercizi consigliati. Come ultimo contributo basilare, questo capitolo offre alcune raccomandazioni da parte degli esperti di ARTERY, fondate direttamente sulla pratica. Consigli pratici e raccomandazioni su come sviluppare abilità sociali di gruppi vulnerabili tramite le arti e il teatro vi offrirà una nuova prospettiva.

DALL'ASSOCIAZIONE TEATRO GRODZKI

Le raccomandazioni per formatori qui raccolte si basano sulle riflessioni di Piotr Kostuchowski dell'Associazione del Teatro Grodzki, che gestisce attività didattiche e artistiche con gruppi integrati di persone con abilità differenti ed età compresa tra i 23 e i 70 anni.

“Il nostro linguaggio stigmatizza le persone con disabilità - spiega Piotr Kostuchowski. Esse sono descritte come meno abili con un prefisso negativo ‘dis-’/‘de-’/‘s-,. Non ci sono molte parole positive che iniziano con questo prefisso, ci imbattiamo in disordine, disuso, spiacevole, deludere ... “. Dobbiamo sottolineare il valore di ogni individuo, la sua dignità e il diritto all’auto-realizzazione.

◇ Non ti preoccupare se sarai in grado di aiutare o meno. Cerca le opportunità, non le minacce. Diventerà molto più facile lavorare con persone bisognose di sostegno.

“Molte persone si chiedono se sono in grado di comportarsi nel modo giusto, e di agire con tatto ed efficienza - riflette Piotr. La peggiore soluzione sta nell’essere ‘paralizzato’, con una mancanza di qualsiasi attività, basata sul presupposto che se non facciamo nulla allora non possiamo fare alcun danno. Si può sempre chiedere quale è il supporto migliore.”

◇ La conoscenza - non vi è mai abbastanza. Continua apprendere e sviluppare le tue abilità.

È molto utile per ampliare le proprie conoscenze sulle diverse disabilità e svantaggi e la loro influenza sulla vita dei singoli.

◇ Consenti alle persone socialmente più vulnerabili tanta indipendenza e autonomia quanto possibile.

Aprire la porta a forme attive di comportamento e di scelte. L’esempio che segue proviene dal gruppo CVE gestito da Piotr Kostuchowski.

“Abbiamo deciso di fare un enorme pupazzo di un uro - un bue selvatico medievale, che stava per essere utilizzato nella nostra recita all’aria aperta. È stato fatto di cartone e ha richiesto due persone per animarlo. Mettere l’animale di cartone su se stessi ha richiesto un sacco di abilità, precisione e spirito. Il partecipante che stava giocando le “zampe posteriori” degli animali non era un tipo sportivo, tuttavia, ha fortemente declinato l’offerta di sostegno in cui altri membri del gruppo stavano andando a ‘piazzare’ la decorazione su di lui. Ha pensato a un modo per entrare nell’uro, sollevandolo e animando il cartone. Si avrebbe potuto aiutarlo, ma solo limitando la sua indipendenza, dandogli un’istruzione bell’e pronta, e cosa avrebbe aggiunto?”

◇ Devi essere in grado di ascoltare e sviluppare costantemente l'arte di ascoltare. È necessario ascoltare con attenzione l'altra persona, non te stesso.

La comunicazione è una sfida. Le nostre parole sono solo un frammento di esso; il linguaggio del corpo è estremamente importante, che è spesso incentrato intorno alle espressioni facciali. Inoltre, un ruolo importante è svolto dal contesto di enunciazione di qualcuno, che contiene le sue esperienze e i suoi atteggiamenti. “Qualcuno che ha rischiato di annegare avrà un'immagine diversa del mare che un villeggiante - riassume Piotr. Quando lui o lei ascolta qualcuno che sostiene che il mare è così calmo, caldo e accogliente, può portare a un'esplosione di emozioni. L'empatia e l'immaginazione vi guideranno nella comprensione degli altri.”

◇ La sicurezza è prioritaria. Bisogna concentrarsi su un individuo, ma anche su tutto il gruppo.

“Una volta sono stata visitata dai genitori che hanno iscritto il loro figlio ai miei laboratori teatrali - Piotr ricorda. Nell'intervista non hanno menzionato alcun problema specifico che vada affrontato. Questa persona giovane era svantaggiata dal punto di vista cognitivo, con difficoltà di apprendimento. Durante il primo laboratorio non era molto attivo, durante il secondo vi fu un'esplosione di attività e di emozioni. Questa persona - quasi due metri di altezza e di costruzione solida - ha mostrato colpi, pugni e calci di cui Bruce Lee sarebbe stato fiero. Egli non ha colpito nessuno, ma ha dimostrato quanto bene avrebbe potuto farlo. Alla richiesta di modificare il suo comportamento, lo ha fatto, aggiungendo, però 'io sono molto bravo a strangolare'. I genitori hanno ammesso di averlo fatto partecipare a una vasta gamma di sport da combattimento. Dovevamo separarci. “

◇ Si dovrebbe prevedere e controllare la direzione in cui i nostri partecipanti si sviluppano.

Si dovrebbe prevedere i futuri frutti dei nostri sforzi educativi. Non è possibile misurare matematicamente i risultati delle nostre azioni, ma è possibile immaginare cosa può accadere.

DAL TEATRO SENZA DIMORA

Quando si lavora con gruppi socialmente emarginati, e in particolare con persone senza fissa dimora, si consiglia di:

- ◇ Ottenere la loro fiducia con la creazione di rapporti uguali fra tutti i membri del gruppo.
- ◇ Creare e adottare regole chiare per lavorare insieme, per esempio, nessun uso di alcool o altre droghe, praticare un comportamento non-aggressivo, l'accettazione reciproca di altri gruppi sociali e la puntualità.
- ◇ Sviluppare sanzioni con il gruppo per il mancato rispetto delle regole e assicurare che queste sanzioni siano accettate da tutti i membri. Questo fa sentire tutti i membri come autori delle regole e aumenta la loro volontà di rispettarle.
- ◇ Lavorare con il gruppo regolarmente e a lungo termine.
- ◇ Premiare e incoraggiare i membri del gruppo finanziariamente, materialmente, attraverso il riconoscimento, l'apprezzamento o altro.
- ◇ Usare un vocabolario semplificato e che spieghi con chiarezza i termini tecnici necessari.
- ◇ Chiedere un feedback immediatamente dopo gli esercizi.
- ◇ Aiutare a individuare e nominare i sentimenti che alcuni membri del gruppo possono avere durante le prove ed le esercitazioni.
- ◇ Accettare disabilità, sbagli ed errori dei membri del gruppo.
- ◇ Mediare e insegnare al gruppo come risolvere conflitti in modo non-aggressivo.
- ◇ Impostare il livello di difficoltà in relazione alla capacità e abilità di ciascun membro del gruppo durante le prove.
- ◇ Evitare aspettative irrealistiche e impraticabili.
- ◇ Tenere presente che se un membro del gruppo non è in grado di accettare il vostro aiuto in un determinato momento, c'è poco da fare per aiutare e dovrete cercare di aiutarlo/la in futuro quando è disposto/a ad accettare il vostro aiuto.
- ◇ Lavorando insieme con una varietà di gruppi sociali esclusi, vi è una interazione che favorisce la reciproca cooperazione e assistenza, portando a una comprensione delle proprie e altrui limitazioni che in ultima analisi porta all'empowerment ossia all'aumento delle potenzialità.

Ci sono molte questioni importanti da tenere presenti quando si lavora con le persone senza fissa dimora. Una delle più importanti, che richiede metodi adeguati, è che le persone che hanno vissuto in strada per un lungo periodo di tempo sviluppano strategie di sopravvivenza diverse per affrontare la vita sulla strada, per ottenere ciò di cui hanno bisogno o vogliono da altre persone. C'è una tendenza a utilizzare queste strategie con il

terapeuta o con altri membri del team. Spesso si tratta di tattiche molto individuali e spetta al terapeuta di riconoscere e fermare il loro uso, quando si verificano, e di cercare di prevenire che non si ripetano in futuro. Quando si lavora con i membri del gruppo, si possono incontrare le seguenti situazioni:

- ◇ Manipolazione, quando il cliente tenta di suscitare simpatia e quindi manipola il terapeuta a fare ciò che il cliente vuole o non vuole fare.
- ◇ Mettere la responsabilità della propria vita nelle mani del terapeuta.
- ◇ Consumo di droga e alcool durante il laboratorio, le prove, gli spettacoli o altre attività di gruppo.
- ◇ Mancato rispetto della parola data o della promessa, per esempio quando il cliente lascia il gruppo senza dare spiegazioni poco prima di uno spettacolo teatrale.
- ◇ Aggressione verbale nei confronti del terapeuta o altri membri del team.

Si consiglia di stabilire regole chiare all'interno del gruppo sin dall'inizio, scrivendole e distribuendole tra tutti i membri del team. Quando membri del team si comportano in modo scorretto o in contraddizione con le regole, sentitevi liberi di chiamarli apertamente e poi con calma descrivete con chiarezza il loro comportamento e perché non è appropriato. È inoltre importante spiegare i problemi che questo tipo di comportamento può portare e poi suggerire metodi per affrontare i problemi. Quando si verifica un comportamento aggressivo, si consiglia di prendere il membro dal gruppo, da qualche parte dove il terapeuta può essere solo con lui o lei, in modo che questo membro del gruppo non ha il "pubblico" degli altri membri per mostrare il suo "potere" di fronte a loro. Per i clienti che sono noti per essere poco affidabili, è necessario prevedere che essi non possono assistere a spettacoli o altre date importanti e noi consigliamo quindi di avere una persona alternativa o un sostituto, nel caso in cui non si presentano.

DA KEY & KEY COMMUNICATIONS

Innanzitutto, è fondamentale rendersi conto delle differenze ed essere in grado di accettarle, nonché di imparare dagli altri. In questo processo di sensibilizzazione sui propri e altrui stili e pratiche di comunicazione è importante evitare di generalizzare e stereotipare i differenti modi di comportamento comunicativo.

Quando si lavora con persone di lingue diverse, è importante stabilire fin dall'inizio quale lingua o quali lingue saranno utilizzate nei laboratori. Secondo la nostra esperienza, è anche utile scoprire all'inizio quali sono le lingue parlate nel gruppo, chi non condivide alcuna lingua con il formatore e se vi è qualcuno che potrebbe essere in grado di tradurre. Per questi casi è importante far sedere queste due (o tre) persone l'una accanto all'altra in modo che la traduzione possa essere agevole.

In un gruppo multilingue facendo esercizi verbali, come ad esempio rituali verbali di saluto, al fine di mostrare le differenze, è anche importante imparare parole e frasi brevi da tutti i partecipanti. Questo fa emergere le difficoltà di pronunciare le parole in altre lingue e sottolinea che non solo la lingua del paese di immigrazione è difficile per un adulto-in-mobilità, ma che ogni lingua può essere difficile per qualsiasi persona. I formatori dovrebbero partecipare a questi esercizi: ciò riduce le barriere tra formatore e partecipanti. Tuttavia, d'altra parte, i formatori dovrebbero rimanere sempre nel loro ruolo di formatore.

Il formatore, lavorando con un gruppo multiculturale, deve fare attenzione a evitare marcati messaggi non-verbali, e rimanere piuttosto neutrale. Il contatto fisico diretto dovrebbe essere evitato, soprattutto tra un formatore uomo e una discente donna e vice-versa.

Alzare il volume della voce, per esempio in situazioni difficili, dovrebbe anche essere evitato. Un formatore deve sempre rimanere calmo e neutrale, trattando tutti i partecipanti allo stesso modo, mostrando rispetto per le differenze, e non permettendo la mancanza di rispetto tra di loro.

Lavorando con rifugiati, in un gruppo ci possono essere diversi livelli di comprensione di istruzioni e anche chi non è abituato a stare in un gruppo di formazione. Quando questo accade, il formatore dovrebbe spiegare le istruzioni per il discente separatamente. La puntualità può anche essere un problema. Dato che il senso del tempo può essere molto diverso da cultura a cultura, per alcune persone può essere difficile rispettare gli orari. È il formatore a decidere se permettere ai ritardatari di entrare nella stanza del laboratorio. Tuttavia, va precisato che, soprattutto nelle società europee centrali e settentrionali, la puntualità è essenziale. Norme specifiche di comportamento nel laboratorio dovrebbero essere stabilite, ma devono essere introdotte all'inizio e scritte con pennarelli colorati a grandi lettere su una lavagna a fogli mobili che tutti possano vederle durante tutto il periodo delle attività di laboratorio.

Ultimo ma non meno importante: il formatore deve essere in grado di conquistare la fiducia dei partecipanti. Per questo, è fondamentale essere sinceri, mostrare e far sentire il proprio interesse sincero per le storie delle persone, e non promettere ciò che non può essere mantenuto. Inoltre, è importante dimostrare un profondo rispetto per le persone: non sono stupide, non sono "ragazze" o "ragazzi", potremmo non essere in grado di indovinare la loro età in modo corretto e diminuirla, e così trattare le persone come "giovincelli", mentre sono mariti, mogli, padri, madri. Ciò vale anche per le lingue in cui le forme pronominali distinguono, per la seconda persona, tra una forma più formale e una meno formale (come in italiano, spagnolo e francese "tu" o in tedesco "du") di evitare rigorosamente la forma in-formale.

DAL CENTRO PER L'EDUCAZIONE E LA FORMAZIONE "AGRICOLA"

Alcune cose importanti da ricordare e prendere in considerazione quando si lavora con le persone che necessitano di un sostegno speciale:

- ◇ Ogni discente ha bisogno di sentirsi rispettato/a nel gruppo. Al fine di essere pronti a esprimere i sentimenti e partecipare alle attività del gruppo, è anche necessario di sentirsi al sicuro tra quelli con cui si sta lavorando e imparando.
- ◇ Iniziare con piccoli passi per svilupparsi lentamente, dare il tempo agli discenti di far accadere le cose.
- ◇ Non forzare i discenti, ma convincerli a partecipare e condividere.
- ◇ Ricordare che il processo di solito è più importante del risultato finale.
- ◇ Ci sono molti modi diversi per raggiungere l'obiettivo. Lasciare che il/la discente trovi la propria strada verso il progresso e sostenerlo/a.
- ◇ Non dimenticare l'umorismo, un atteggiamento positivo e il calore nell'apprendimento.

DA FONDAZIONE INTRAS

Trovate il più possibile informazioni circa il vostro gruppo in anticipo. È essenziale conoscere almeno qualcosa di ogni persona, prima di iniziare a lavorare con loro - lavorare in questo tipo di gruppo è adatto per molte persone, ma non per tutti. Non dobbiamo dimenticare che l'obiettivo primario è quello di creare uno spazio sicuro per tutti, in cui può realizzarsi il massimo apprendimento. Noi non scegliamo le persone in base alla loro effettiva abilità, ma a seconda di quanto potrebbero beneficiare facendo parte del gruppo, senza compromettere la sicurezza degli altri membri del gruppo. Decidere di non coinvolgere qualcuno del gruppo dopo un colloquio d'ingresso è meno doloroso di dire a qualcuno che ha già partecipato che lui/lei non è adatto e deve lasciare il gruppo. Conoscendo le persone nel gruppo vi aiuterà anche a pianificare le attività, per sapere quali abilità necessita di pratica, e per assegnare alcuni compiti con maggiore efficacia per i membri del gruppo.

Rispettate tutti allo stesso modo, ma accettate le persone come individui. Non generalizzate la vostra visione - anche se alcuni partecipanti possono avere una disabilità in comune, le conseguenze delle loro disabilità variano notevolmente da persona a persona. Ci sono molti fattori che fanno la differenza (ad esempio strategie individuali per riuscire e altri tratti della personalità, il sostegno disponibile, il grado e la durata della disabilità ecc.). Inoltre, tenete a mente che le disabilità psichiatriche sono significativamente diverse da molte altre disabilità, in quanto possono essere fluttuanti e il risultato di un processo intermittente ed episodico. Sintomi come pensieri disordinati, allucinazioni e perdita di contatto con la realtà possono rendere difficile per una persona di

concentrarsi, elaborare le informazioni, risolvere problemi, esprimere giudizi o seguire delle istruzioni. I sintomi non possono essere sempre controllati con farmaci e la loro presenza intermittente o costante può provocare stress nella persona emotivamente fragile e vulnerabile. Siate consapevoli di questo e fornite il massimo sostegno per i membri del gruppo nei loro momenti difficili. A volte potrebbe significare permettere a una persona di abbandonare per qualche tempo, ma rimotivatela e reintegratela nel gruppo al più presto.

Non date per scontato che sappiate cosa le persone con disabilità vogliono o di cosa hanno bisogno. Ascoltate ciò che dicono. Aumentate le potenzialità. Una persona con disabilità psichiatrica può perdere fiducia nella propria capacità di prendere decisioni, svolgere compiti e impegnarsi in attività. La perdita di fiducia e l'autostima ha un impatto aggravante in tutti i settori della vita della persona e può portare alla perdita di motivazione, abbandono di sé e sentimenti di disperazione schiacciante. Anche se comunicare le proprie esigenze può essere una sfida, le persone con disabilità non sono meno in grado di pensare per se stessi di chiunque altro. Come formatore, chiedete prima di agire: non date per scontato che le persone con disabilità hanno bisogno del vostro aiuto. Evitate di essere impropriamente premurosi.

Molte delle barriere che le persone con disabilità si trovano ad affrontare, sono causate dagli atteggiamenti negativi di altre persone. Non trattate le persone con disabilità come se fossero malati. Come formatore potete chiedere un lavoro duro e buone prestazioni, ma bisogna sempre tenere a mente la capacità della persona e impostare obiettivi raggiungibili. Appreziate non solo il progresso, ma anche lo sforzo. Pensate prima alla persona e poi alla disabilità. Anche se una disabilità può causare disagi in certe situazioni e aree di attività, non è necessariamente una tragedia che domina la vita di una persona. Le persone disabili sono in grado di vivere una vita appagante e raramente sono disfunzionali. Inoltre, per le persone disabili è importante essere trattati in modo appropriato alla loro età. Non parlare con le persone con disabilità come se fossero bambini. Siate voi stessi, siate naturali, e non agite con entusiasmo forzato.

Comunicate con i partecipanti in un modo disponibile. Offrendo spiegazioni o istruzioni usate un linguaggio facile da capire, senza gergo medico o tecnico. Se necessario, ripetete le istruzioni in altre parole e verificate se tutti i partecipanti hanno capito. Riconoscete il livello di stress che i partecipanti stanno vivendo e fornite loro strategie di gestione dello stress.



CONCLUSIONI

In qualche modo siete arrivati alla fine di questo libro, che l'abbiate letto fino alla fine, oppure che abbiate deciso di saltare alcune parti per venire direttamente alle conclusioni. In ogni caso, dovete sapere che questo è solo la fine dell'inizio, dato che il lavoro vero inizia ora: ossia metterlo in pratica!

I gruppi target affrontati dai partner di ARTERY sono tanto diversi; ciò ha reso la scrittura di questo libro un compito arduo. Arte e teatro vengono utilizzati con adulti vulnerabili da ambienti diversi e in diverse modalità per sviluppare diverse abilità sociali. In questo contesto noi, come partenariato internazionale con una serie di differenti approcci ed esperienze per sviluppare abilità sociali in adulti svantaggiati, abbiamo cercato di raccogliere gli approcci più rilevanti, offrendovi alcuni consigli e linee guida nonché tecniche che speriamo utili per lavorare con il vostro gruppo target.

Se lavorate con persone senza fissa dimora o con persone disabili fisicamente o mentalmente, dovete sapere che la pratica teatrale richiede un tempo abbastanza lungo, flessibilità e un approccio individuale. Tuttavia questa miscela di differenti persone socialmente emarginate apre nuove possibilità di interazione nel gruppo. Li aiuta a sviluppare e arricchire la loro personalità, acquisire una visione molto più chiara di qual è il loro problema e anche sbarazzarsi di illusioni irrealistiche su se stessi. È possibile incoraggiare le persone disabili ad aiutare e insegnare a persone senza fissa dimora a combattere con il loro ambiente, senza avere pietà di se stessi o dispiacersi, e di diventare più attivi. D'altra parte, le persone senza fissa dimora potrebbero aiutare le persone disabili e diventare loro assistenti attivi durante le prove, gli spettacoli, i viaggi ecc. È importante che vi siano fiducia, regole chiare, sicurezza e divertimento nel gruppo.

Se lavorate con migranti, possiamo certamente affermare che è particolarmente difficile lavorare insieme, sia emotivamente che linguisticamente e culturalmente. Emotivamente è difficile, perché si arriva a conoscere le storie personali delle persone che hanno dovuto fuggire da condizioni terribili. Linguisticamente, perché non sempre si condivide una lingua con i partecipanti al laboratorio, e si deve inventare altre forme di comunicazione. Culturalmente, perché si impara molto su altri contesti culturali e sul proprio retroterra culturale: le differenze producono intuizioni costruttive e di colpo si può vedere come gli altri vedono noi stessi, se positivamente o negativamente. Questo significa che si può imparare punti di vista diversi.

Se il vostro target sono persone disabili o con malattia mentale, siate preparati a sperimentare cosa vuol dire in pratica "la strada stessa è l'obiettivo": La cosa più importante non è il prodotto finale (cioè lo spettacolo teatrale), ma l'intero processo di creazione di esso. La preparazione di uno spettacolo può essere un grande strumento per offrire alle persone con disabilità nuove opportunità per imparare, scoprire le loro abilità ed esercitarle. Interagire in un gruppo di persone sapientemente combinate in cui gli individui, spesso senza rendersene conto, agiscono come esempi ispiratori per gli altri, può aiutare ogni partecipante a lasciare la propria zona di sicurezza e spostarsi verso una zona di apprendimento impegnativo. Gli elementi piccoli e apparentemente banali

del processo di preparazione può rappresentare per alcune persone l'opportunità, data di rado, di decidere, di parlare, di dare alla loro voce la possibilità di essere ascoltata, di esprimere la propria opinione e di difenderla. Il vostro ruolo come formatore non dovrebbe consistere solo nel facilitare l'apprendimento e la formazione di abilità durante la preparazione dello spettacolo, ma di estendere questo processo al livello massimo per la vita quotidiana dei partecipanti. Oggi, il mondo orientato al rendimento di solito non è abbastanza sensibile da notare piccoli miglioramenti. Voi, come responsabili per sostenere il processo di apprendimento, dovete essere quelli che se ne accorgono nei propri discenti, apprezzando i loro piccoli miglioramenti e rendendoli consapevoli del valore dei piccoli passi in avanti che stanno facendo.

Per riassumere, laboratori teatrali rappresentano un luogo con un enorme potenziale di apprendimento. Il teatro permette a ogni individuo socialmente escluso di “trovare il suo posto” nel gruppo. Aiuta a eliminare, in un modo non violento, gli stereotipi nei confronti delle persone socialmente escluse, che esistono in ogni società, e permette inoltre ai membri di realizzare e sperimentare il successo. Intendiamoci, il teatro dovrebbe essere un mezzo sociale, non il traguardo. È necessario accettare pienamente la realtà, i desideri e l'unicità di ogni singolo membro durante l'utilizzo di terapia teatrale e artistica. Pertanto si raccomanda di modificare e personalizzare gli esempi di esercizi che avete trovato in questo Manuale per il gruppo di clienti con i quali state lavorando.

Inoltre, il teatro offre ai partecipanti un'occasione unica di “dare” qualcosa agli altri. Le persone con disabilità devono spesso chiedere servizi e favori ad altri, spesso sono quelli che hanno qualcosa da “ottenere”. La mancanza di aspettative da parte degli altri fa parte di uno stigma sociale che le persone con disabilità sperimentano nella loro vita. Lo spettacolo recitato da queste persone mette in discussione la visione stereotipata della disabilità come qualcosa che rende impotente e dipendente, perché ora sono le persone “sane” nel pubblico quelle che ricevono qualcosa di veramente valido. Ci auspichiamo che abbiate capito ora che l'educazione per lo sviluppo di abilità sociali non implica un programma privo di valori. In realtà, ci dà la possibilità di connetterci con i valori, compresi i codici di comportamento, che facilitino l'integrazione sociale di persone vulnerabili. Ci riferiamo a valori che hanno influenza sullo stile di vita di persone svantaggiate, come ad esempio la sensibilità ai diritti di altre persone, l'ammirazione per le attività che vengono svolte da altri, il rifiuto di essere coinvolti in abusi di droghe ecc. Avere un buon sistema di valori e un atteggiamento positivo alla vita è essenziale per affrontare le sfide e avere relazioni soddisfacenti con il resto della comunità.

Infine, un elemento chiave del nostro lavoro deve essere la coerenza tra ciò che ci proponiamo di raggiungere e il modo in cui lo realizziamo. Se stiamo cercando di incoraggiare l'empatia, abilità interpersonali e la creatività, come parti essenziali dei nostri programmi di formazione, ciò si deve riflettere nella scelta degli strumenti e delle attività da utilizzare e, soprattutto, nel nostro approccio personale alle persone con cui lavoriamo.

In sintesi, abilità sociali sono fondamentali per le persone in generale e adulti svantaggiati, in particolare, per partecipare con successo alla vita. Giochi di ruolo e la partecipazione a programmi teatrali promuovono l'acquisizione di queste abilità. Attraverso l'intero Manuale abbiamo riflettuto sul modo di utilizzare tecniche d'arte e di teatro per rafforzare il benessere personale e sociale di adulti vulnerabili. Ci auguriamo che vi sentiate stimolati, con ispirazione e idee da applicare al proprio lavoro. Che siate un insegnante, un trainer, un educatore, un mediatore interculturale o semplicemente qualcuno che intende migliorare le abilità sociali di un'altra persona, dovrete sapere che vi trovate nella posizione chiave per supportare il processo di apprendimento e trarne il meglio. Questo potrebbe non essere facile, ma cerchiamo di lavorarci sopra!

Formatori, insegnanti ed educatori coinvolti nei laboratori d'arte e di teatro concordano sul fatto che il teatro ha un enorme potenziale di apprendimento, arricchisce la personalità, aiuta a eliminare gli stereotipi, migliora le abilità sociali ed è un veicolo utile per lo scambio di esperienze, per cambiare il proprio punto di vista ed essere flessibili e rispettosi verso gli altri. Convengono inoltre che lavorare con gli adulti vulnerabili è davvero una sfida, richiede molto tempo e un approccio individuale per garantire che le conoscenze e le abilità sviluppate influenzino le altre sfere di vita dei partecipanti.

Ci auspichiamo che vi sia piaciuta la lettura di questo libro e vi facciamo i migliori auguri per il vostro lavoro con persone vulnerabili. Se, da ciò che avete letto in questo Manuale, vi sentite incoraggiati di condividere le vostre opinioni con la redazione, per favore non esitate a mettervi in contatto con uno dei partner del progetto ARTERY.

Il gruppo editoriale:

Grodzki Theatre Association, EST Lifelong Learning Centre, Theatre With No Home, Key & Key Communications, Agricola Centre for Education & Training, INTRAS Foundation



BIBLIOGRAFIA

- ◇ Alberti, R.E. (1977): *Assertiveness: Innovations, applications, issues*. San Luis Obispo (Cal.): Impact Publishers.
- ◇ Alberti, R.E. / Emmons, M.L. (1978): *Your perfect right*. San Luis Obispo (Cal.): Impact Publishers.
- ◇ Argyle, Michael (1988): *Bodily Communication*, Madison: International Universities Press (2nd ed.).
- ◇ Black, Rhonda S., / Langone, John (1997): *Social awareness and transition to employment for adolescents with mental retardation*. In: *Remedial and Special Education (A Journal of the Hammill Institute on Disabilities)*, Vol.18 no.4 (July/August 1997): pp.214-222.
- ◇ Caballo, V. (1986): *Evaluación de las habilidades sociales*. In R. Fernandez-Ballesteros, & J. A. Carrobes (eds.): *Evaluación conductual: Metodológica y aplicaciones*. Madrid: Pirámide.
- ◇ Caballo, Vicente E, / Buela, Gualberto. (1988): *Molar/molecular assessment in an analogue situation: Relationships among several measures and validation of a behavioral assessment instrument*. In: *Perceptual and Motor Skills*, Vol. 67, Iss. 2 (October 1988): pp.591-602.
- ◇ Commission of the European Communities (2006): *Adult learning: It is never too late to learn*. COM(2006) 614 final. Brussels, 23.10.2006.
- ◇ Council of Europe and European Commission (2003): *T-Kit on Social Inclusion*. Council of Europe Publishing.
- ◇ Crystal, David (1987): *The Cambridge Encyclopedia of Language*. New York, New Rochelle, Melbourne, Sydney: Cambridge University press.
- ◇ Dodge, Kenneth A., / Murphy, Roberta R., / Buchsbaum, Kathy. (1984): *The assessment of intention-cue detection skills in children: Implications for developmental psychopathology*. In: *Child Development*, Vol.55. No.1 (February 1984): pp.163-173.
- ◇ Dossou, Koffi. M. / Klein, Gabriella B. (2007): *Starting points, goals and fundamental precepts*. In: Klein (ed.): pp.19-35.
- ◇ EAEA: *Documentation of activities. Adult education trends and issues in Europe, 2006*.
- ◇ Elliot, Stephen N. / Sheridan, Susan M. / Gresham, Frank M. (1989): *Assessing and Treating Social Skills Deficits: A Case Study for the Scientist-Practitioner*, University of Wisconsin-Madison, University of Nebraska - Lincoln, Louisiana State University.
- ◇ European Commission (2007): *Education and Training, The Lifelong Learning Programme: Education and Training Opportunities for all*.
- ◇ European Parliament (2006): *Recommendation 2006/962/EC of the European Parliament and of the Council of 18 December 2006 on key competences for lifelong learning [Official Journal L 394 of 30.12.2006]*.
- ◇ Ford, D. H. / Urban, H. B. (1998): *Contemporary models of psychotherapy: A comparative analysis*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- ◇ Gumperz, John J. (1982): *Discourse Strategies*. Cambridge: Cambridge University Press.

- ◇ Gresham, Frank M. / Elliott, Stephen N. (1987): The relationship between adaptive behaviour and social skills: Issues in definition and assessment. In: *Journal of Special Education*, Vol.21, No.1: pp.167-181.
- ◇ Hall, Edward (1959): *The silent language*. New York: Doubleday.
- ◇ Hall, Edward (1966): *The hidden dimension*. Garden City, New York: Doubleday.
- ◇ Heller, Eva (1998/19891): *Wie Farben wirken. Farbpsychologie, Farbsymbolik, kreative Farbgestaltung*. Hamburg: Rowohlt.
- ◇ Heller, Eva (2000): *Wie Farben auf Gefühl und Verstand wirken. Farbpsychologie, Farbsymbolik, Lieblingsfarben, Farbgestaltung*. München: Droemer.
- ◇ Heller, Eva (2009): *Psychologie de la couleur. Effets et symboliques*. Paris: Pyramyd.
- ◇ Holmes, J. / Fillary, R. (2000): Handling small talk at work: challenges for workers with intellectual disabilities. In: *International Journal of Disability, Development and Education*, Vol.47, Iss.3 (2000): pp.273-291.
- ◇ Huskins John (1998): *From disaffection to Social Inclusion. A social skills preparation for active citizenship and employment*. Bristol: John Huskins.
- ◇ Jackson, Sue (ed.) (2011): *Innovations in lifelong learning: Critical perspectives on diversity, participation and vocational learning*. Oxon / New York: Routledge.
- ◇ Kelly, Jeffrey A. (1982): *Social-skill training: A practical guide for interventions*. New York: Springer.
- ◇ Klein, Gabriella B. (ed.) (2007): *Spices Guidelines. A training methodology for intercultural communication in institutional settings*. Perugia: Key & Key Communications (traduzioni in bulgaro, tedesco, italiano, sloveno, spagnolo), Perugia: Key & Key Communications [co-curatore and co-autore insieme a Sandro Caruana (Malta), Koffi M. Dossou (Italia), David Lasagabaster (Spagna), Galya Mateva (Bulgaria), Nataša Pirih Svetina (Slovenia), Johannes Schwitalla (Germania)].
- ◇ Kokkinen, Anne Mari / Rantanen, Väntsi, Leena / Tuomola, Anita (2008): *Aikuisen oppijan kirja*. Jyväskylä: Kirjapaja.
- ◇ Luzzatto, Lia / Pompas, Renata (2001): *Il colore persuasivo*. Milano: Il Castello srl.
- ◇ McFall, R.M. (1982): A review and reformulation of the concept of social skills. In: *Behavioral Assessment*, 4 (1982): pp.1-35.
- ◇ Michelson, L. / Sugai, D.P. / Wood, R.P. / Kazdin, Alan E. (1983): *Social skills assessment and training with children*. New York: Plenum Press.
- ◇ Molcho, Samy (1983): *Molcho, Samy: Körpersprache*. München: Mosaik Verlag.
- ◇ Molcho, Samy (1997): *I linguaggi del corpo*. Como: Lyra libri (It. translation of Molcho 1983).
- ◇ Molicka, Rachela / Schejbal, Maria (2003): *Teatr i Terapia*, Bielsko-Biała: Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki.
- ◇ Moreno, Joseph J. (1999): *Acting your inner music: music therapy and psychodrama*. St. Louis: MMB Publications.
- ◇ Park, Hyun-Sook / Gaylord-Ross, Robert (1989): A problem-solving approach to social skills training in employment settings with mentally retarded youth. In: *Journal of Applied Behavior Analysis*, Vol.22, No.4 (Winter

1989), pp.373-380.

- ◇ Phillips, E. Lakin (1978): *The Social Skills Basis of Psychopathology*. New York: Grune & Stratton edition.
- ◇ Rankanen, M. (2007): *Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja*. In: Rankanen, M. / Hentinen, H. / Mante-re, M-H. (eds): *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, pp.35-50.
- ◇ Riihelä, Monika (2000): *Leikkivät tutkijat, lapset kertovat*. Helsinki: Stakes Edita.
- ◇ Rimm, David C. / Masters, J. C. (1974): *Behavior Therapy: Techniques and Empirical Findings*. New York: Academic Press.
- ◇ Slade, P. (1998): *The importance of dramatic play in education and therapy*, *Child Psychology and Psychiatry Review*.
- ◇ Schejbal, Maria (2010): *In search of creativity*. Bielsko-Biała: Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki.
- ◇ Schlundt, David G. / McFall, Richard M. (1985): *New directions in the assessment of social competence and social skills*. In: L'Abate L. / Milan M. A. (eds): *Handbook of social skills training and research*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- ◇ Watzlawick, Paul / Beavin, Janet Helmick / Jackson, Don D. (1967): *Pragmatics of Human Communication*, New York: Norton & Company.

SITOGRAFIA

◇ http://eacea.ec.europa.eu/llp/index_en.php

Questo sito vi offre informazioni relative al Programma di Apprendimento Permanente e le sue possibilità di finanziamento attraverso le seguenti azioni: Comenius, Erasmus, Leonardo da Vinci, Grundtvig, Policy cooperation and innovation, Languages, Information-communication-technologies, Dissemination and exploitation of results nonché Jean Monet.

◇ http://en.wikipedia.org/wiki/Lifelong_learning

Qui troverete una definizione di apprendimento permanente da Wikipedia, l'enciclopedia libera, compresa la storia della formazione permanente negli Stati Uniti, l'apprendimento permanente in Europa, l'apprendimento permanente in una società di apprendimento, le caratteristiche, il concetto del lifelong learning in istituzioni internazionali, l'apprendimento permanente nei paesi in via di sviluppo, strategie, misurazione dell'apprendimento permanente, i benefici e la critica.

◇ <http://www.openroad.net.au/access/dakit/>

Un kit di Informazioni per la sensibilizzazione alla disabilità volte a promuovere la comprensione delle questioni che circondano la disabilità. Esso contiene informazioni utili (dispense) sulle disabilità nella comunità, le aspettative di persone con disabilità, luoghi comuni con cui sono viste e trattate persone con disabilità, come interagire con persone con disabilità, assistere persone con disabilità, Atto contro la disabilità discriminatoria, nonché materiale aggiuntivo, attività e risorse.

◇ <http://www.nasaa-arts.org/Research/Key-Topics/Arts-Education/rbc-toolkit-section3.pdf>

Un kit di strumenti di comunicazione basato sulla ricerca su come l'apprendimento delle arti e la loro integrazione aiutino a sviluppare abilità cognitive chiave necessarie per il successo accademico, nonché a promuovere i punti di forza sociali ed emotivi che portano al successo accademico e a comportamenti e relazioni positivi.

◇ http://www.interculturaldialogue2008.eu/1534.0.html?&redirect_url=my-startpage-eyid.html

Descrive un metodo di formazione per la comunicazione interculturale in contesti istituzionali (Klein ed. 2007: SPICES Guidelines). Il corso di formazione fornisce abilità di comunicazione, strumenti analitici e materiali didattici a formatori ed educatori che intendono creare corsi su misura in comunicazione interculturale o per l'acquisizione della seconda lingua per fruitori di servizi stranieri ('adulti-in-mobilità') o fornitori di servizi ('adulti-professionalmente-in-contatto-con-la-mobilità') in situazioni burocratico-istituzionali (scuole, enti locali, ospedali, università, uffici turistici ecc.).

◇ www.edu.helsinki.fi/lapsetkertovat/lapset/In_English/frontpage/index.htm

Qui si può vedere il video del metodo “storycrafting” (Metodo della Lavorazione di Storie), inventato in Finlandia, che porta alla ribalta la capacità di ascolto e l’arte di stabilire un contatto stretto. L’obiettivo è quello di allontanarsi dal tradizionale approccio verso i bambini concependoli come oggetti, incentrandosi invece sulle questioni relative alla partecipazione e alla cooperazione da parte dei bambini.

◇ http://www.centreformentalhealth.org.uk/pdfs/Making_recovery_a_reality_policy_paper.pdf

Making Recovery a Reality (“Farne del recupero una realtà” di Geoff Shepherd / Jed Boardman / Mike Slade, 2007) descrive il modello di recupero per sostenere le persone con malattie mentali. Essa definisce i principi, le origini, il ruolo dei professionisti e dei servizi orientati al recupero. In questo documento si trovano anche le informazioni sul percorso di recupero, gli ostacoli, l’importanza del lavoro, parenti e amici nel processo di riabilitazione e le pratiche all’interno di questo approccio.

Abilità sociali sono il perno intorno al quale ruota il successo nel partecipare alla vita delle persone in generale e di adulti svantaggiati in particolare. Giochi di ruolo e partecipazione in programmi teatrali rafforzano l'acquisizione di queste abilità. Attraverso l'intero Manuale riflettiamo su come usare arte e tecniche teatrali per migliorare il benessere personale e sociale di adulti vulnerabili. Per renderlo utile con un fine pratico includiamo una selezione di attività pronte all'uso per formare in abilità sociali; tali attività possono essere adattate a qualsiasi gruppo con cui state lavorando. Ci auguriamo che leggendo questo libro vi stimoli a iniziare o a continuare a lavorare con gruppi svantaggiati e che vi fornisca ispirazione e nuove idee da applicare nel vostro ambiente locale. Se siete un insegnante, un formatore, un educatore o semplicemente qualcuno che si esercita a migliorare le abilità sociali di un'altra persona, dovrete sapere che siete in una posizione chiave per supportare il processo di apprendimento e per trarne il meglio. Ciò potrebbe non essere facile, ma impegniamoci! Questo Manuale per la Formazione in Abilità Sociali può essere scaricato gratuitamente dal sito:

www.arteryproject.eu

