

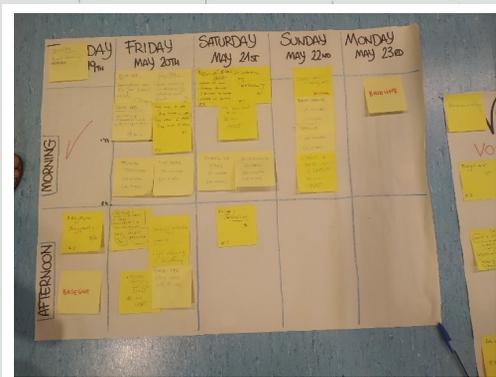
# Creare una sequenza



## COME CREARE UNA SEQUENZA FORMATIVA CON LE NOSTRE ATTIVITÀ

Le attività del nostro inventario sono state tutte create e testate in uno dei nostri laboratori locali ad Amsterdam, Barcellona, Palermo, Parigi o Breslavia. Si concentrano su diversi aspetti della comunicazione multimodale, che abbiamo classificato in 6 dimensioni: respirazione, voce, radicamento, movimento, uso dello spazio, relazione o, in generale, si concentrano su riflessioni o esplorazioni sulla professione stessa di educatore - le sue posture, i suoi valori e come questi si collegano al modo in cui ci presentiamo.

Ci sono molti modi in cui queste attività possono essere inserite nei processi di formazione, con durata e intensità variabili. La maggior parte dei nostri workshop pilota è stata di 30 ore, distribuite in 5 giorni. Raccomandiamo questa durata se l'obiettivo è quello di ottenere cambiamenti misurabili nel modo in cui i partecipanti si relazionano o eseguono l'uso della voce e del corpo. Abbiamo anche testato una formazione "patchwork" di cinque giorni, creata utilizzando attività inizialmente sviluppate in diversi workshop, in modo da poter fondere diversi approcci e avere un processo di formazione che include diversi aspetti della comunicazione multimodale. Qui presentiamo alcune possibili strategie e vincoli strutturali per creare tali processi formativi.



### 1. IDENTIFICAZIONE DELLE ESIGENZE DEI PARTECIPANTI, DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI

Una formazione incentrata sul modo in cui gli educatori usano la voce e il corpo nelle loro sessioni può avere diversi obiettivi pedagogici: i partecipanti possono sentirsi più sicuri nelle loro espressioni non verbali ed essere più interessati a sviluppare il loro repertorio vocale e viceversa. Inoltre, anche all'interno della "comunicazione non verbale" ci possono essere aspetti nuovi e stimolanti e altri già acquisiti. Per comporre un corso di formazione che sia il più possibile in linea con le esigenze dei partecipanti, consigliamo di prestare attenzione alla creazione di una mappatura abbastanza dettagliata dei bisogni. È possibile utilizzare un questionario standard prima del corso oppure il nostro strumento di valutazione basato su video. Quest'ultimo ha il vantaggio di non basarsi solo sull'introspezione dei partecipanti, ma può già essere un'occasione per scoprire cose che prima non si conoscevano.

Oltre a concentrarsi su diversi elementi del comportamento vocale o non verbale, le attività formative si differenziano anche per l'angolazione dell'argomento in termini di tipo di impatto. Sebbene si raccomandi di integrare tutti questi aspetti, può essere una buona idea assicurarsi che i partecipanti li comprendano e siano felici di affrontarli:

- Diventare consapevoli dei modelli e delle preferenze nell'uso della voce e del corpo.
- Scoprire e sperimentare nuovi modi di usare la voce e il corpo.
- Acquisizione / tecniche di utilizzo della voce e del corpo nella facilitazione di gruppo

### 2. PAESAGGIO PEDAGOGICO VARIEGATO

Le nostre attività si basano su una diversità di forme d'arte: teatro, danza, clown e canto. Queste offrono qualità diverse e stimolano diversi tipi di attenzione, mobilitando diverse abilità. Alcune forme d'arte si adattano meglio ad alcuni partecipanti e meno ad altri. La creazione di un panorama diversificato in termini di metodi offrirà ai partecipanti la possibilità di alternare momenti più facili e confortevoli ad altri potenzialmente più impegnativi. Si consiglia di integrare almeno un'attività di ogni forma d'arte.



### 3. RACCOMANDAZIONI STRUTTURALI

In ogni attività indichiamo se la consigliamo all'inizio, a metà o alla fine del processo di formazione. Queste istruzioni riflettono le seguenti considerazioni:

- All'inizio proponiamo di utilizzare attività a barriera relativamente bassa che diano ai partecipanti la possibilità di conoscersi. Di solito le attività in cui i partecipanti devono esibirsi da soli davanti agli altri (ad esempio, il silenzio sul palco) sono percepite come più difficili.
- Proponiamo anche attività che aiutino i partecipanti a prendere coscienza

delle diverse sfaccettature della comunicazione non verbale, con una visione d'insieme piuttosto che con un focus ristretto e approfondito.

- Se non avete utilizzato la nostra attività di valutazione basata su video come attività pre-corso, vi consigliamo di utilizzare l'attività "di base" all'inizio del processo, per aiutare i partecipanti ad avere un'idea più chiara del punto di partenza e degli obiettivi personali. La fase successiva della stessa attività può essere utilizzata per valutare l'impatto della formazione.

# Esempio di sequenza di allenamento

La sequenza che segue è un esempio che abbiamo testato insieme. Non è l'unica sequenza possibile, sentitevi liberi di costruirla una vostra, in base alle vostre esigenze e ai vostri obiettivi pedagogici. Sebbene la maggior parte delle attività si concentri su diverse "dimensioni", i codici colore indicano una focalizzazione principale su diversi aspetti delle nostre dimensioni: viola per il movimento, blu per la respirazione, rosa per la voce, arancione per la relazione, giallo per l'uso dello spazio, verde per il radicamento e la verticalità, B/N per la riflessione sulla professione di educatore.

## GIORNO 1.

Arrivo e conoscenza reciproca:

- Nome + azione
- [Una statua per dire come stiamo](#)
- Impostazione del programma di formazione
- Introduzione su come lavoreremo insieme
- [Esplorare le nostre dinamiche](#)



Vocabolario e livelli di comunicazione non verbale:

- [Compiere azioni quotidiane con il corpo e con la voce](#)

Specchio sulle prestazioni personali e definizione degli obiettivi personali:

- [Inizio](#)
- [Come faccio a partire con un movimento?](#)

Giorno di chiusura:

- [Come faccio a partire con un movimento?](#)



## GIORNO 2.

Introduzione alla respirazione e alla voce:

- [Esercizio di rilassamento](#)
- [Introduzione ai risonatori](#)
- Lavorare sulla risonanza
- Alla scoperta del suono e della parola



Respirazione e voce:

- [Sentire e vedere, Dire e cantare](#)
- [Il suono che fa muovere](#)
- [Discorsi immaginari](#)
- [Prendere il volo \(in gruppo e individualmente\)](#)



## GIORNO 3.

Messa a terra, verticalità, peso, spazio:

- [Scoprire la mia verticalità](#)
- [Supporto e spostamento del peso](#)
- [Consapevolezza del corpo nello spazio](#)
- [Coordinare il corpo nello spazio](#)



Focus sulla professione di educatore:

- [Coro di emozioni](#)
- [Vettori](#)
- [Sfide e punti di forza](#)

Chiusura:

- [Come faccio a partire con un movimento?](#)



## GIORNO 4.

Verdere ed essere visti & clown:

- [Contare e saltare insieme](#)
- [Il leader designato](#)
- [Applausi](#)
- [La sedia](#)



Concentrarsi sul movimento:

- [Bagno nella foresta](#) (se l'ambiente naturale è accessibile - altrimenti un segmento di danza gratuito)
- [Schemi di movimento](#)



## GIORNO 5.

Il clown e la professione di educatore

- [Silenzio sul palco](#)
- [Relazioni:](#)
- [Il cieco e la guida](#)
- [Improvvisazione collettiva](#)



Professione di educatore:

- [Liberare il testo](#)
- [Chiusura e valutazione:](#)
- [Linea di base \(versione post\)](#)



Consultate le schede di metodo delle rispettive attività. Sentitevi liberi di fare degli adattamenti in base alle esigenze dei partecipanti e al vostro stile di facilitazione. Potete anche estendere o accorciare alcune attività in base al coinvolgimento dei partecipanti.

Questo progetto è stato 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.



VOICE - Voce e corpo degli educatori per adulti  
Progetto n°: 2020-1-FR01-KA227-ADU-095264