Co-funded by
the European Union

NUMERO DEL PROGETTO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

"IN SCENA NELL'ETÀ DELL'ORO: TEATRO PER UN INVECCHIAMENTO SANO"

Benvenuti al Modulo 5:

Sviluppo delle competenze comunicative e socio-emotive per l'implementazione di attività teatrali con anziani

Sviluppato da RightChallenge

lecompagniemalviste

έδρα social cooperative activities for vulnerable groups

ASOCIATIA HABILITAS
CENTRUL DE RESURSE
SI FORMARE PROFESIONALA

SOCIETATEA ROMÂNĂ ALZHEIMER

RightChallenge

FINANZIATO DALL'UNIONE EUROPEA. I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI ESPRESSI SONO ESCLUSIVAMENTE QUELLI DELL'AUTORE O DEGLI AUTORI E NON RIFLETTONO NECESSARIAMENTE I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI DELL'UNIONE EUROPEA O DELL'AGENZIA NAZIONALE PER I PROGRAMMI COMUNITARI NEL CAMPO DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE (ANPCDEFP). NÉ L'UNIONE EUROPEA NÉ L'ANPCDEFP POSSONO ESSERE RITENUTI RESPONSABILI PER ESSI.

Obiettivi e risultati di apprendimento

Il fine del Modulo 5 è...

Target:

a) Caregiver, professionisti del sociale e della salute mentale che lavorano nel campo della cura e del supporto per gli anziani(65+),

b) Artisti e operatori culturali che lavorano con gli anziani,

c) Individui che desiderano saperne di più sulle competenze necessarie per quanto riguarda l'attuazione di attività teatrali con persone anziane.

Migliorare abilità:

Esplorare i modi per migliorare e sviluppare tecniche di **comunicazione verbale e non verbale** efficaci.

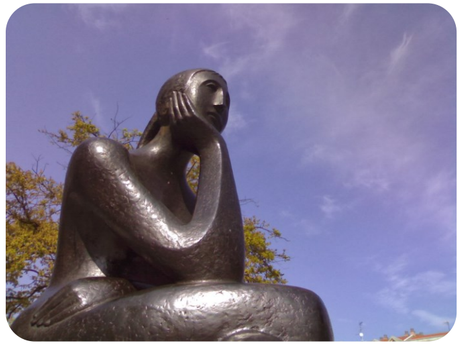
Migliorare le **competenze socio-emotive** per coinvolgere i partecipanti in attività teatrali.

Fornire indicazioni su come facilitare le discussioni di gruppo, promuovere il lavoro di squadra e **incoraggiare la partecipazione attiva** degli anziani.

Fornire conoscenza:

Definizioni e concetti chiave della comunicazione verbale, della comunicazione non verbale e delle competenze socio-emotive.

Fornire **attività ed esercizi** per migliorare le capacità di comunicazione verbale e non verbale, nonché le competenze socio-emotive, sia in contesti di gruppo che per la pratica individuale a casa.

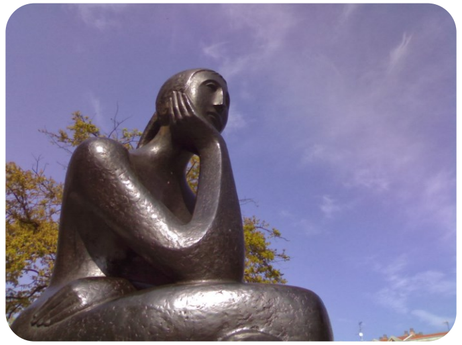


Perché la comunicazione e le abilità socio-emotive sono cruciali negli interventi teatrali con gli anziani?

Gli interventi teatrali sono un mezzo per ridurre l'isolamento sociale e la solitudine, facilitare l'invecchiamento attivo e rafforzare la cognizione sociale negli anziani (McDonald et al., 2024). Allo stesso tempo, la partecipazione ad attività teatrali migliora significativamente le capacità empatiche, la comunicazione sociale, la tolleranza e le interazioni sociali dei partecipanti (Lewandowska & Węziak-Białowolska, 2023).

Ma che dire delle persone che conducono interventi teatrali? Per ottenere questo impatto positivo sugli anziani, è importante che educatori, appassionati di teatro e altri professionisti sviluppino le proprie capacità comunicative e socio-emotive. Questo modulo ti aiuterà a saperne di più sulla comunicazione verbale e non verbale e ad esplorare le attività che puoi praticare a casa o in un contesto di gruppo!

*Photos utilised by Unknown Author are licensed under CC BY-SA https://www.byanyothernerd.com/2013/12/the-hat-trick-3-masters-degrees.html



Perché la comunicazione e le abilità socio-emotive sono cruciali negli interventi teatrali con gli anziani?

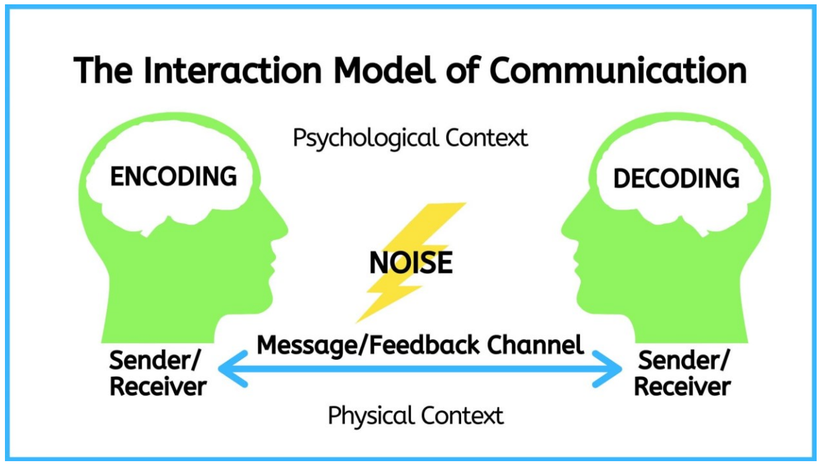
Costruire la fiducia e il comfort, sostenere l'espressione emotiva e adattarsi alle diverse esigenze e abilità degli anziani è fondamentale per coinvolgerli con successo nelle attività teatrali. Con alcuni semplici accorgimenti puoi imparare a migliorare la connessione sociale in un gruppo o potenziare la tua autostima di fronte agli altri. Il modulo 5 del programma di formazione AGE_THEA mira a promuovere un ambiente sicuro e confortevole e a fornire alcune strategie e competenze per tutti coloro che svolgono attività teatrali.

Sulla base dei risultati dei focus group condotti nella seconda fase progettuale, l'efficacia dei programmi di formazione per i professionisti che interagiscono con anziani attraverso attività teatrali dipende in larga misura dalla loro capacità di implementare competenze comunicative essenziali (ad esempio ascolto attivo, interazione intensiva), compreso l'umorismo, nonché capacità di gestione emotiva. Senza queste competenze essenziali, i professionisti possono avere difficoltà a connettersi e interagire efficacemente con gli anziani, in particolare quelli con demenza-Alzheimer o altri disturbi cognitivi.

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY-SA https://www.byanyothernerd.com/2013/12/the-hat-trick-3-masters-degrees.html

Parte I

Abilità di comunicazione verbale



Quando pensiamo per la prima volta alla comunicazione, è probabile che pensiamo alla comunicazione verbale: ascoltare un amico, telefonare a un familiare o parlare con un collega. Le abilità di comunicazione verbale costituiscono la base per coinvolgere i partecipanti nelle attività teatrali e ottenere risultati positivi. Nelle sezioni seguenti, presenteremo la loro definizione, le tecniche e alcuni esercizi correlati.

*Graphic utilised by Unknown Author is licensed under CC BY NC https://pressbooks.library.torontomu.ca/communicationnursing/chapter/interaction-of-model-of-communication/

Definizione e concetti chiave della comunicazione verbale

Definizione

"Interazione umana attraverso l'uso di parole o messaggi in forma linguistica. L'uso colloquiale si riferisce al parlato (comunicazione orale), in particolare faccia a faccia, ma l'uso accademico include forme mediate, comunicazione scritta e talvolta la lingua dei segni."

(Oxford Reference)

- Chiarezza
- Tono e suoni
- Passo
- Significato
- Espressione di pensieri, idee, sentimenti o bisogni
- Simboli
- Relazione tra mittente e destinatario
- Adattabilità nella comunicazione con gli anziani

Esempi

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY ND https://www.philosophersbeard.org/2020/07/diversity-has-no-value.html

Definizione e concetti chiave della comunicazione verbale

Definizione

Seguendo questa definizione, la comunicazione verbale si riferisce all'interazione umana espressa da **parole o messaggi scritti**. La chiarezza è importante per garantire che il nostro **linguaggio sia chiaro e facile da capire**. Il **tono** parlato può aggiungere un contesto emotivo, influenzando il modo in cui i messaggi vengono ricevuti e interpretati dall'altra persona, mentre il **ritmo con cui parliamo** può influenzare la comprensione, soprattutto quando si comunica con gli anziani. Assicurati di capire con chi stai parlando e quanto bene possono sentire e comprendere la lingua che stai usando, in particolare quando esprimi determinati pensieri, sentimenti o bisogni. La **relazione tra mittente e destinatario** è centrale poiché una comunicazione di successo dipende dalla capacità di entrambe le parti di connettersi e comprendere le reciproche intenzioni per non creare malintesi.

Concetti chiave

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY SA https://en.wikipedia.org/wiki/Interaction

Empatia e pazienza nelle interazioni verbali con gli anziani

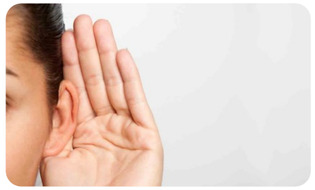
Lavorando con gli anziani, l'adattabilità è fondamentale poiché gli aggiustamenti di tono, velocità e semplicità possono influenzare la loro comprensione e il loro coinvolgimento nelle attività teatrali. L'empatia e la pazienza sono essenziali per creare un ambiente solidale, rispettoso e inclusivo in cui i partecipanti si sentono rispettati, compresi e pienamente inclusi nelle interazioni, il che migliora la loro partecipazione, il loro divertimento e il loro benessere generale.

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY https://www.bmj.com/content/355/bmj.i6267

Tecniche per una comunicazione verbale efficace in ambito teatrale

Tecniche

Ascolta attivamente e **riassumi**. Presta attenzione concentrandoti su chi parla e chiarisci ciò che è stato detto parafrasando i punti chiave.	Poni **domande aperte** e, se rispondi in modo critico, fornisci un **feedback costruttivo**.
Ascolta i messaggi di comunicazione verbale con una **mente aperta** e trattieni il giudizio.	Usa un **linguaggio semplice e chiaro**.



Tecniche

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY SA NC https://brewminate.com/the-importance-of-listening-in-effective-communication/

Piccoli esercizi per sviluppare le capacità di comunicazione verbale

Da soli a casa

Leggere ad alta voce con enfasi	Riflessione ad alta voce
Seleziona un passaggio da un libro o da un articolo e leggilo ad alta voce, sperimentando toni, ritmi e volumi diversi. Cerca di enfatizzare parole o frasi diverse per cambiare l'emozione espressa. Questo esercizio costruisce la varietà vocale e aiuta a praticare un'enunciazione chiara e una comunicazione espressiva, abilità essenziali per coinvolgere verbalmente gli altri.	Scegli un argomento, come un ricordo preferito o un'esperienza recente, e parlane ad alta voce per cinque minuti. Concentrati sull'organizzazione chiara dei pensieri e sull'uso di una varietà di parole descrittive per esprimere i dettagli. Questa pratica crea chiarezza e fiducia nell'espressione verbale, utile per comunicare efficacemente in contesti di gruppo.

#1
Il cerchio della storia

Attività di apprendimento attivo (Contesto di gruppo)

In un cerchio, ogni partecipante a turno aggiunge una riga a una storia collettiva. L'obiettivo di questa attività è ascoltare attentamente, collegare le idee e costruire sul contributo di ogni persona. Questa attività migliora le capacità di ascolto, incoraggia un'articolazione chiara e promuove la narrazione creativa, che è molto utile nei contesti teatrali. Lasciati ispirare dal video!

Scopri di più e stampa questo piano di attività di apprendimento qui: INCLUDE LINK TO DRIVE PDF

*Video Source: https://www.youtube.com/watch?v=RnmgMB5yUHk

Parte II

Abilità di comunicazione non verbale

Oltre alle parole e ai messaggi, i segnali non verbali sono molto potenti nel migliorare la comunicazione e la comprensione, soprattutto quando si lavora con persone anziane. In questa fascia di età, alcuni individui potrebbero affrontare sfide specifiche, tra cui la perdita dell'udito o difficoltà cognitive che influiscono sulla comunicazione verbale. In questa seconda parte, impareremo di più sulle definizioni di comunicazione non verbale e su come le sue tecniche possono migliorare la comunicazione e la comprensione!

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY-NC_ND https://app.e-limu.org/auth/login?next=/topic/view

Definizione e concetti chiave della comunicazione non verbale

Definizione

"Comunicazione non verbale, trasferimento di informazioni da una persona all'altra **senza l'uso di parole o linguaggio parlato**. La comunicazione non verbale può avvenire in vari modi, anche attraverso le **espressioni facciali**, i **gesti** e la **postura** o la **posizione del corpo**".

(Encyclopaedia Britannica)

Esempi

- Ridere
- Piangere
- Tossire
- Gesti
- Linguaggio del corpo
- Espressioni facciali
- Contatto visivo
- Spazio personale
- Segnali tattili
- Segnali olfattivi
- Tono o urla
- Pause drammatiche...

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY SA https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Only_the_serious_know_how_to_truly_laugh.jpg

Definizione e concetti chiave della comunicazione non verbale

Definizione

La comunicazione non verbale si riferisce all'interazione umana espressa attraverso **gesti**, **espressioni facciali**, **linguaggio del corpo** o **tono**. Chiari segnali non verbali possono rafforzare il significato e ridurre le incomprensioni. Le espressioni facciali portano alle **emozioni**, permettendoci di percepire l'intento dietro un'azione, mentre il linguaggio del corpo può mostrare **apertura**, **incoraggiamento** o **sostegno**, che possono essere particolarmente d'impatto nel coinvolgere gli anziani in attività teatrali. Proprio come con le parole, è essenziale essere consapevoli delle persone con cui si sta comunicando e di quanto bene siano in grado di interpretare i segnali non verbali. Ad esempio, gli **anziani o le persone con disabilità cognitive possono fare più affidamento su segnali visivi per la comprensione**, rendendo la chiarezza non verbale particolarmente importante quando si esprimono pensieri, emozioni o intenzioni. Una ricca comunicazione non verbale può aiutare a garantire che le intenzioni siano comprese correttamente, migliorare il coinvolgimento e prevenire errori di comunicazione.

Concetto chiave

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY SA https://en.wikipedia.org/wiki/Interaction

Rispecchiare le emozioni e dimostrare apertura

Nelle attività teatrali, le strategie non verbali come rispecchiare le emozioni e dimostrare apertura sono essenziali per connettersi e coinvolgere i partecipanti. Rispecchiare le emozioni aiuta a convalidare i sentimenti, creando un senso di empatia e incoraggiamento. Dimostrare apertura attraverso un linguaggio del corpo rilassato e un contatto visivo delicato crea un ambiente sicuro e invitante e aiuta a creare fiducia e a consentire alle persone anziane di partecipare più liberamente all'espressione creativa.

*Photo utilised by Pixabay https://pixabay.com/pt/photos/emocional-casal-tango-dan%C3%A7a-50309/

Tecniche per un'efficace comunicazione non verbale in contesti teatrali

Tecniche

Usa i **gesti** e le **espressioni facciali** per rafforzare le istruzioni verbali e la comprensione (soprattutto per quanto riguarda i partecipanti con problemi di udito).	Adatta la tua **postura** e il **linguaggio del corpo** per trasmettere apertura e cerca di mantenere un **contatto visivo** delicato. Usa il ***mirroring*** per riflettere le emozioni/gesti dei partecipanti.
Regolare la **distanza** e lo **spazio personale** dei partecipanti ai livelli di comfort degli anziani. Usa le **pause** o i **momenti di silenzio** in modo efficace per dare ai partecipanti il tempo di riflettere e rispondere.	Fai attenzione al **ritmo dei movimenti** e dei **gesti**. I movimenti lenti possono aiutare gli anziani a elaborare le informazioni in modo più efficace, mentre la variazione del ritmo può aggiungere coinvolgimento agli esercizi.

Tecniche

Piccoli esercizi per lo sviluppo delle capacità di comunicazione non verbale

Da soli a casa

Pratica delle espressioni facciali	Diario del linguaggio del corpo
Mettiti di fronte a uno specchio ed esercitati a esprimere varie emozioni (ad esempio, felicità, tristezza, sorpresa, rabbia) usando solo le espressioni facciali. Dedica un minuto a ogni emozione, notando i sottili cambiamenti nei tuoi lineamenti. Questo esercizio aiuta a migliorare la consapevolezza dei segnali facciali e migliora la capacità di esprimere le emozioni senza parole.	Tieni un diario per una settimana, annotando le interazioni quotidiane e concentrandoti sui segnali non verbali osservati in te stesso e negli altri. Rifletti su come il linguaggio del corpo, i gesti e le espressioni facciali hanno influenzato queste interazioni. Questa pratica incoraggia la consapevolezza della comunicazione non verbale e aiuta a sviluppare una comprensione più profonda del suo impatto sulle interazioni sociali.

*Photo utilised by Pixabay https://pixabay.com/pt/photos/gestos-colagem-linguagem-n%C3%A3o-verbal-2158259/

#2
Il gioco dello specchio

Attività di apprendimento attivo(Setting di gruppo)

In coppia, un partecipante prende l'iniziativa mentre l'altro rispecchia/ripete movimenti ed espressioni. Chi guida può usare i gesti, le espressioni facciali e il linguaggio del corpo per trasmettere emozioni o azioni. Dopo alcuni minuti, ci si scambia i ruoli. Questo esercizio aiuta i partecipanti a diventare più consapevoli dei segnali non verbali e migliora la loro capacità di esprimere le emozioni attraverso il linguaggio del corpo. Lasciati ispirare dal video!

Scopri di più e stampa questo piano di attività di apprendimento qui: INCLUDE LINK TO DRIVE PDF

*Video Source: https://www.youtube.com/watch?v=H_6YOFjLf4U

Parte III

Sviluppo di competenze socio-emotive

Le competenze socio-emotive svolgono un ruolo importante per le interazioni nelle attività teatrali e promuovono il benessere generale dei partecipanti, in particolare degli anziani. Queste abilità includono la capacità di comprendere e gestire le proprie emozioni, mostrare empatia verso gli altri e costruire relazioni sane. In questa terza sezione, esploreremo le definizioni di abilità socio-emotive, la loro importanza nei contesti teatrali e forniremo alcune tecniche pratiche che possono aiutare a migliorare le connessioni emotive e le esperienze positive per tutti i partecipanti.

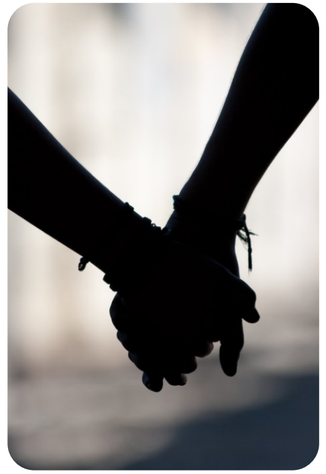
*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY-NC-ND https://inspiringbetterlife.blogspot.com/2013/08/when-to-trust-feelings.html

Definizione e concetti chiave delle competenze socio-emotive

Definizione

"Le abilità socio-emotive – note anche come competenze socio-emotive – sono un termine generico per descrivere un'ampia gamma di abilità sociali (ad esempio, la capacità di cooperare con gli altri), capacità motivazionali e di autoregolazione (ad esempio, valori, interessi o autocontrollo) e tratti della personalità (ad esempio, coscienziosità, stabilità emotiva)".

(Frontiers in Psychology)



Esempi

- Fiducia
- Risoluzione dei conflitti
- Comunicazione verbale
- Empatia e comprensione delle emozioni degli altri
- Costruire relazioni sane
- Integrità
- Consapevolezza di sé e riconoscimento dei propri pensieri e sentimenti
- Autoregolazione emotiva
- Pazienza e incoraggiamento
- Capacità di leadership

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY-NC-ND https://www.oohctoolbox.org.au/relationships

Definizione e concetti chiave delle competenze socio-emotive

Definizione

Seguendo questa definizione, le abilità o competenze socio-emotive includono diverse abilità che supportano l'**intelligenza emotiva**, l'**interazione sociale** e l'**autoregolazione**. Queste includono abilità sociali come la cooperazione e l'empatia, qualità motivazionali e di autoregolazione come l'autocontrollo, la resilienza e la fiducia e tratti della personalità come la stabilità emotiva. Le competenze socio-emotive sono essenziali per costruire **relazioni positive**, affrontare i conflitti e costruire un ambiente inclusivo e solidale nelle attività teatrali, soprattutto con gli anziani. Ad esempio, qualità come la pazienza, l'empatia e la comprensione delle emozioni degli altri aiutano i facilitatori e i partecipanti a connettersi tra loro, mentre l'autoconsapevolezza consente alle persone di riconoscere e gestire i propri pensieri e sentimenti in modo efficace. Tutte queste abilità aiutano a **stabilire la fiducia**, **incoraggiare il coinvolgimento** e **creare uno spazio sicuro per l'espressione di sé e la creatività nel teatro**.

Concetto chiave

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC.

Sfide specifiche che gli individui più anziani possono affrontare con la regolazione emotiva e l'espressione di sé

Gli individui più anziani possono affrontare sfide con l'espressione emotiva di sé a causa di cambiamenti cognitivi legati all'età o limitazioni di salute fisica. Questi fattori, combinati con sfide psicologiche come il dolore, l'isolamento sociale e i cambiamenti nell'indipendenza, possono rendere più difficile per loro elaborare e comunicare le proprie emozioni.

In ambito teatrale, riconoscere queste sfide è essenziale per creare un ambiente di supporto che incoraggi l'espressione di sé aperta e il benessere emotivo.

Tecniche per efficaci competenze socio-emotive in contesti teatrali

Tecniche

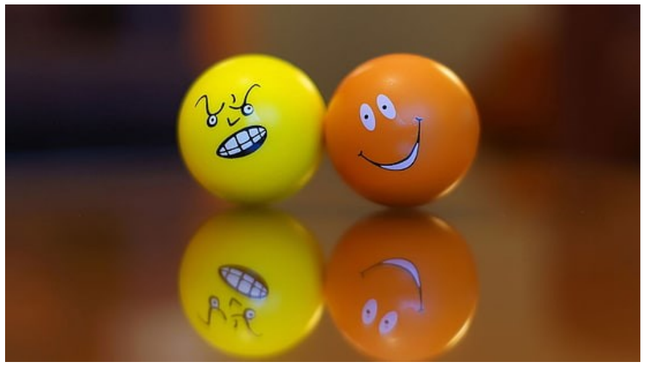
Mostrare **empatia** nei confronti dei partecipanti e **fornire** loro **spazio** per vivere, gestire ed esprimere liberamente le emozioni.	Rimani **flessibile** e **adattati** alle esigenze emotive dei partecipanti durante le attività.
Discutere le **potenziali strategie** per gestire le emozioni difficili che possono sorgere durante le attività.	Incoraggiare i partecipanti a riconoscere e riconoscere le proprie emozioni, **promuovendo un ambiente sicuro per l'espressione** e la condivisione con gli altri.

Tecniche

Piccoli esercizi per lo sviluppo delle competenze socio-emotive

Da soli a casa

Diario della gratitudine	Meditazione Mindfulness
Tieni un diario della gratitudine in cui scrivi una o due cose per cui sei grato ogni giorno. Insieme a ogni voce, rifletti sul motivo per cui apprezzi questi aspetti e su come ti fanno sentire. Questa pratica migliora l'autoconsapevolezza e la regolazione emotiva incoraggiando il pensiero positivo e la comprensione delle emozioni personali.	Dedica dai 10 ai 15 minuti al giorno alla pratica di una meditazione consapevole. Concentrati sul tuo respiro, nota i tuoi pensieri e riconosci i tuoi sentimenti senza giudicare. Questo esercizio migliora l'autoconsapevolezza, la regolazione emotiva e la pazienza, aiutandoti a comprendere meglio i tuoi sentimenti e le tue reazioni emotive. La musica può aiutarti in questo.



*Video Source: https://www.youtube.com/watch?v=EkbM5EfFyME&t=1865s

#3
Scenari giochi di ruolo sulle emozioni

Active Learning Activity (Contesto di gruppo)

Dividi i partecipanti in piccoli gruppi o scegli i volontari e assegna uno scenario che implichi un conflitto o una sfida emotiva (ad esempio, un disaccordo tra amici, fornendo un feedback sul comportamento sociale). Ogni gruppo o i volontari interpretano lo scenario, concentrandosi sull'uso dell'empatia e della comunicazione efficace per risolvere la situazione. Durante o dopo, discuti i sentimenti e le risposte osservate durante il gioco di ruolo, rafforzando la risoluzione dei conflitti e la comprensione emotiva. Lasciati ispirare dal video!

Scopri di più e stampa questo piano di attività di apprendimento qui: INCLUDE LINK TO DRIVE PDF

*Video Source: https://www.youtube.com/watch?v=IW7vVB3XdCY

Punti chiave del Modulo 5

Sommario

Il modulo 5 si concentra sull'introduzione e lo sviluppo di importanti abilità comunicative e socio-emotive per l'implementazione di attività teatrali con gli anziani. I punti chiave di questo modulo includono la comprensione del significato della **comunicazione verbale e non verbale nella creazione di un ambiente teatrale inclusivo e solidale**. Sono state introdotte tecniche per un'interazione verbale chiara ed empatica, nonché per segnali non verbali efficaci come gesti ed espressioni facciali. Inoltre, il modulo sottolinea **l'importanza delle competenze socio-emotive, come l'empatia, la pazienza e l'adattabilità** per rispondere meglio alle esigenze uniche degli anziani, promuovendo la loro espressione emotiva, l'impegno sociale e il senso di connessione.

Speriamo di averti dotato di alcune abilità pratiche e idee di attività per migliorare il benessere e il coinvolgimento attivo delle persone anziane attraverso attività teatrali!

*Photo utilised by Pixabay https://pixabay.com/pt/illustrations/centro-esportivo-para-idosos-6702147/

Benessere

Applicazioni della comunicazione e delle competenze socio-emotive e del benessere

Le attività teatrali possono creare ambienti di supporto, promuovere un senso di comunità e collaborazione, consentendo agli anziani di impegnarsi in spettacoli di gruppo che migliorano il **lavoro di squadra e l'empatia.** Possono rafforzare i legami sociali e **aumentare l'autostima**. Allo stesso tempo, lo sviluppo di abilità socio-emotive è utile per **migliorare la salute mentale**, poiché queste abilità aiutano le persone a comprendere e gestire meglio le proprie emozioni. Questo può portare alla **riduzione dell'ansia e dello stress** e, imparando a esprimere meglio i sentimenti, i partecipanti possono imparare a **costruire relazioni più sane**, essenziali per il benessere emotivo. Questa connessione è particolarmente importante per gli anziani, che possono affrontare l'isolamento o la solitudine. Inoltre, impegnarsi in esercizi teatrali può stimolare la funzione cognitiva e la creatività.

*Photo utilised by Freepik https://www.freepik.com/free-photo/elder-group-friends-partying_40125584.htm#fromView=search&page=1&position=9&uuid=c230cdc4-d9f4-4fbf-873e-8396ac525673

Consigli pratici

Integrare le competenze comunicative e socio-emotive nella pratica regolare

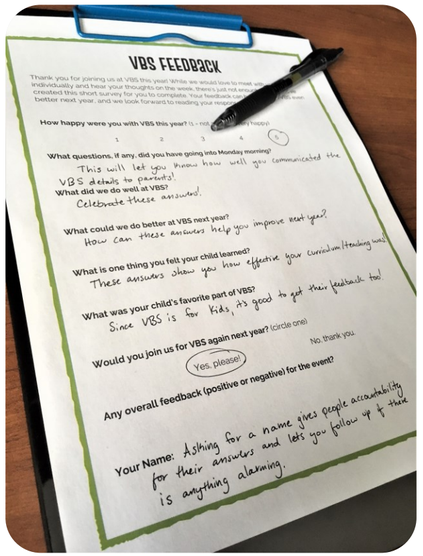
Per integrare le competenze comunicative e socio-emotive nelle attività teatrali, ecco alcuni consigli chiave riassunti per te:

- Stabilire un ambiente che crei **un'atmosfera confortevole**, apertura e accettazione, in cui i partecipanti si sentano al sicuro nell'esprimersi senza paura del giudizio. Incoraggia la **condivisione e convalida le emozioni** per promuovere la fiducia tra i membri del gruppo.
- Incorporare esercizi di **ascolto attivo**, come discussioni in coppia o riflessioni di gruppo. Ricorda ai partecipanti di ascoltare attentamente.
- Usa **scenari di gioco di ruolo** per aiutare i partecipanti a mettere in pratica le abilità comunicative e socio-emotive in situazioni realistiche. Questo può prepararli alle interazioni della vita reale, consentendo loro di esplorare diverse risposte emotive in un ambiente di supporto.
- Introduci **esercizi di consapevolezza** prima o durante le attività teatrali per aiutare i partecipanti a diventare più consapevoli delle proprie emozioni e promuovere la regolazione emotiva. La consapevolezza può migliorare la concentrazione e la chiarezza emotiva, a vantaggio del coinvolgimento generale.
- **Celebra i risultati individuali e di gruppo**, non importa quanto piccoli. Il feedback positivo può aumentare la fiducia e incoraggiare.
- **Includi esercizi fisici** che promuovono la comunicazione non verbale, come l'improvvisazione del movimento o la danza espressiva. Questo non solo migliora la consapevolezza del corpo, ma incoraggia anche i partecipanti a connettersi fisicamente con le emozioni.
- Dopo le attività, **discuti per riflettere su esperienze e sentimenti**. Incoraggia i partecipanti a esprimere come si sono sentiti durante gli esercizi, rafforzando la comprensione emotiva e la comunicazione.

*Graphic utilised by Unknown Author is licensed under CC BY-NC https://www.pngall.com/tips-png/download/18053/

Apprendimento continuo

Valutazione & Feedback



Dopo tutte queste informazioni, suggerimenti e idee per gli esercizi, vogliamo condividere con te un'ultima raccomandazione. Per determinare se le abilità sociali e personali sono migliorate, sono disponibili diversi strumenti. **Check-in regolari, moduli di feedback o discussioni e osservazioni informali** possono fornire importanti spunti sulla crescita emotiva e cognitiva dei partecipanti. L'uso di queste pratiche riflessive può aiutare i facilitatori a **valutare i loro metodi di insegnamento e ad adattare le attività** in base a come i partecipanti rispondono e si impegnano.

L'importanza di ricevere questo feedback dai partecipanti ci permette di **migliorare continuamente i nostri metodi e supportare meglio gli anziani**. In questo modo, è possibile garantire che ogni partecipante riceva l'incoraggiamento e le risorse di cui ha bisogno, il che in ultima analisi **migliora l'efficacia delle attività teatrali e promuove il benessere**.

*Photo utilised by Unknown Author is licensed under CC BY-NC-ND https://claveslideraz goresponsable.blogspot.com/2017/01/

Co-funded by
the European Union

NUMERO DEL PROGETTO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

AGE-THEA

Grazie!

"IN SCENA NELL'ETÀ DELL'ORO:
TEATRO PER UN INVECCHIAMENTO SANO"

SITO WEB DEL PROGETTO:
https://age-thea.eu/

lecompagniemalviste

έδρα social cooperative activities for vulnerable groups

ASOCIATIA HABILITAS
CENTRUL DE RESURSE
SI FORMARE PROFESIONALA

SOCIETATEA ROMÂNĂ
ALZHEIMER

RightChallenge

FINANZIATO DALL'UNIONE EUROPEA. I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI ESPRESSI SONO ESCLUSIVAMENTE QUELLI DELL'AUTORE O DEGLI AUTORI E NON RIFLETTONO NECESSARIAMENTE I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI DELL'UNIONE EUROPEA O DELL'AGENZIA NAZIONALE PER I PROGRAMMI COMUNITARI NEL CAMPO DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE (ANPCDEFP). NÉ L'UNIONE EUROPEA NÉ L'ANPCDEFP POSSONO ESSERE RITENUTI RESPONSABILI PER ESSI.

Bibliografia

- Kamila Lewandowska & Dorota Węziak-Białowolska (2023) The impact of theatre on social competencies: a meta-analytic evaluation, Arts & Health, 15:3, 306-337, DOI: 10.1080/17533015.2022.2130947 Link to this article: https://doi.org/10.1080/17533015.2022.2130947
- McDonald B, Reiter AMF, Kanske P. Theater-based interventions as a means of reducing social isolation and loneliness, facilitating successful aging, and strengthening social cognition in older adults. Front Psychol. 2024 Jun 28;15:1364509. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1364509. PMID: 39006549; PMCID: PMC11240220.
- https://pressbooks.pub/umcoms101/chapter/chapter-3-verbal-communication/
- https://www.oxfordreference.com/display/10.1093/oi/authority.20110803115457102
- https://courses.lumenlearning.com/suny-jeffersoncc-sta101/chapter/defining-verbal-communication/
- https://library.fiveable.me/stage-management/unit-7/verbal-written-communication-theater/study-guide/OhfFDCLXsqrMk5Fs
- https://www.britannica.com/topic/nonverbal-communication
- https://pathways.org/topics-of-development/social-emotional/
- https://www.indeed.com/career-advice/career-development/social-emotional-skills
- https://abilitypath.org/ap-resources/what-is-social-emotional-development/
- https://www.frontiersin.org/research-topics/8713/do-we-need-socio-emotional-skills

FINANZIATO DALL'UNIONE EUROPEA. I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI ESPRESSI SONO ESCLUSIVAMENTE QUELLI DELL'AUTORE O DEGLI AUTORI E NON RIFLETTONO NECESSARIAMENTE I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI DELL'UNIONE EUROPEA O DELL'AGENZIA NAZIONALE PER I PROGRAMMI COMUNITARI NEL CAMPO DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE (ANPCDEFP). NÉ L'UNIONE EUROPEA NÉ L'ANPCDEFP POSSONO ESSERE RITENUTI RESPONSABILI PER ESSI.