

# **“Scopri il mio Talento”. Progetto d’inclusione sociale del disabile nella Scuola e potenziamento delle autonomie. Sviluppo delle potenzialità espressive ed affettive dell’adolescente con il metodo Biodanza**

*Sandra Salmaso, operatrice didatta di Biodanza e direttrice Scuola di Biodanza SRT Triveneto*

*Abstract.* L’applicazione del Sistema Biodanza nelle Istituzioni Educative ha lo scopo di migliorare la qualità della vita all’interno del sistema scolastico attraverso una metodologia esperienziale che favorisce l’integrazione e lo sviluppo dei potenziali sani di ciascuno, con particolare riferimento all’espressione affettiva, creativa e alla comunicazione interpersonale. La Biodanza si propone in età scolastica come Educazione Biocentrica, con lo scopo di integrare l’apprendimento e la conoscenza cognitiva con i linguaggi del corpo e dell’emozione, al fine di facilitare uno sviluppo globale ed armonico del bambino e dell’adolescente. Questa metodologia favorisce i processi di apprendimento, di comunicazione e di consapevolezza di sé nei bambini e negli adolescenti.

## **Il progetto “Scopri il mio Talento”**

La Biodanza è presente nella scuola e in ambito socio-sanitario da molti anni come risorsa che è efficace per l’inclusione di persone con disabilità nel gruppo classe. Da questo presupposto parte il progetto “Scopri il mio talento”, realizzato dall’Associazione culturale di promozione sociale SYN e l’Associazione di volontariato FOR.ED., con il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Padova e Rovigo ed in collaborazione con gruppo numeroso e importante di partner: ULSS 16 Direzione dei Servizi Sociali - Centro per le Famiglie Crescere Insieme SPES - 2° ITC “Ardigò”, Padova - 11° ITC “Vivaldi”, Padova - Scuola Primaria “G. e C. Moschini”, Padova - Liceo Artistico “P. Selvatico”, Padova - IIS “Leonardo Da Vinci” – Padova - ISI “Duca Degli Abruzzi”, Padova - IPSIA “S. Benedetto da Norcia”, Padova - Associazione E-Sfaira, Padova.

Il progetto mira a facilitare ragazze e ragazzi disabili, e non solo, nell’espressione delle proprie emozioni, per favorire l’autostima e la comprensione di sé in relazione con gli altri compagni anche con l’utilizzo del Sistema Biodanza. Il progetto, senza alcun costo per i partecipanti, si affianca con modalità complementari al percorso educativo familiare, agli interventi terapeutici/riabilitativi e alle attività scolastiche.

## **Esperienza nella Scuola Superiore “Leonardo da Vinci” di Padova**

Il gruppo era composto da ventuno ragazzi della scuola superiore Leonardo Da Vinci di Padova (età media 16 anni) di cui nove disabili e dodici partecipanti volontari normodotati. I ragazzi disabili presentano patologie diverse: disabili motori di cui solo uno è in carrozzina, un ragazzo con sindrome di Down, un autistico, un ipovedente, tutti con un ritardo mentale medio lieve. Gli incontri si svolgono una volta a settimana, per otto settimane, al mattino durante l’orario scolastico per una durata di circa due ore per due anni, quindi in totale alcuni ragazzi partecipano a sedici incontri.

Il gruppo è stato costituito dalle insegnanti responsabili del progetto che riferiscono di aver cercato di creare un gruppo eterogeneo coinvolgendo, innanzitutto ragazzi provenienti da diverse classi (in modo che l’esperienza diventi una possibilità per conoscere persone nuove), e di diverse età. Riferiscono, inoltre, che alcuni dei ragazzi normodotati sono stati coinvolti in quanto presentano delle difficoltà nel relazionarsi con i coetanei. Segnalano in particolare G., come una ragazza che presenta numerose difficoltà a rispettare le regole imposte dalla scuola e dagli adulti in generale, nonché difficoltà relazionali con i coetanei e un’evidente problematica di autolesionismo. La ragazza partecipa all’attività come “normodotata” anche se sarà certificata verso la fine del percorso.

## **Obiettivi del progetto**

Gli obiettivi del progetto possono essere così riassunti:

- Attivazione e potenziamento delle autonomie personali, della partecipazione sociale e delle capacità cognitive che rappresentano nel loro insieme gli strumenti base per la definizione e la realizzazione del progetto di vita personale.

- Contribuire al complesso percorso di consapevolezza delle proprie risorse e caratteristiche di personalità, nonché della propria disabilità e delle sue conseguenze esistenziali, consapevolezza indispensabile per il pieno sviluppo delle autonomie.
- Apprendere/rinforzare la capacità di mettersi in gioco all'interno di un gruppo di pari in una dinamica di rispecchiamento e di confronto dove possano emergere, in un clima di condivisione, caratteristiche e risorse personali altrove non pienamente espresse.
- Sollecitare le abilità pratiche, cognitive, sociali, comunicative e affettivo-emotive, attraverso l'attività concreta del laboratorio, per meglio definire la percezione di sé e della realtà, dando spazio ad una dialettica spontanea sui temi del proprio corpo fisico e psicologico all'interno di un contenitore protetto e monitorato dall'adulto educatore.
- Creare e mettere a disposizione dei ragazzi uno spazio-tempo educativo mirato, dove confrontarsi ed esprimersi rispetto alle *Life Skill*<sup>1</sup> fondamentali, così indicate dalla OMS: autoconsapevolezza, empatia, pensiero, creativo, pensiero critico, comunicazione efficace, capacità relazionali interpersonali, capacità di prendere decisioni, capacità di risolvere problemi, gestione delle emozioni, gestione dello stress.
- Aumentare la motivazione verso la scoperta e attivazione delle proprie risorse in un contesto di piacevole operatività, di competizione positiva e costruttiva che contrastino le tendenze passive e assistenzialistiche, spesso potenzialmente presenti in situazioni di disabilità.
- Favorire l'espressione dei conflitti e delle spinte maturative presenti nella preadolescenza e nell'adolescenza, permettendo l'emergere degli interrogativi e dei turbamenti esistenziali, fisiologici a questa età, al fine di sostenere i ragazzi disabili e le loro famiglie nell'esame di realtà necessario per l'uscita dalla latenza, e di contrastare la tendenza a congelare gli stessi giovani disabili in un'"infinita infanzia".

Questi obiettivi sono perseguiti attraverso l'applicazione del Metodo Biodanza, in particolare con attività atte a:

- Favorire e arricchire la qualità dei movimenti attraverso esercizi ritmici, di espressività e danze con movimenti rallentati.
- Innalzare il tono dell'umore con giochi, danze a due, danze a tre, in piccoli gruppi e con tutto il gruppo.
- Rinforzare l'Identità con danze "al centro" affinché ogni partecipante abbia l'opportunità di mostrarsi agli altri e gli altri potessero vederlo, riconoscerlo e confermarlo.
- Favorire la comunicazione affettiva in *feedback* con interazioni più attente insieme a tutti i compagni e insegnati presenti mediante sguardi, carezze, abbracci, attraverso situazioni di incontro e sempre nel rispetto di sé e dell'altro.
- Promuovere l'integrazione del gruppo non solo tra disabili, ma anche tra disabili e compagni non certificati, attraverso situazioni di incontro realizzate con reciprocità, in cui ciascuno potesse accogliere ed essere accolto.
- Attività grafico-pittoriche per stimolare la creatività e l'espressività

### **L'accoglienza del progetto "Scopri il mio talento"**

Il progetto è stato finanziato dalla Fondazione CARIPARO ed è, quindi, gratuito per i partecipanti. Al vaglio delle ipotesi di attuare un progetto d'inclusione dei ragazzi disabili nella scuola, che ha accolto tale progetto.

Prima dell'inizio del ciclo di laboratori si sono effettuati alcuni incontri di conoscenza tra l'insegnante Simona Brugnoli che si è occupata di portare il progetto all'interno della scuola, la facilitatrice di Biodanza Sandra Salmaso, le responsabili del Laboratorio Creativo e i responsabili del progetto della cooperativa sociale E-Sfaira.

Tali incontri sono serviti per dare una spiegazione generale riguardo l'attività di Biodanza in modo tale da fornire le giuste informazioni alle famiglie e ai ragazzi, i quali hanno tutti (disabili e normodotati coinvolti) accettato di partecipare a tale iniziativa. I ragazzi normodotati sono stati incentivati a partecipare riconoscendo all'attività dei crediti formativi.

La direzione della scuola ha accolto con favore la proposta di Biodanza nonostante le numerose problematiche dovute al fatto che i partecipanti provenivano da diverse classi e che saltassero, quindi, alcune ore di lezione.

---

<sup>1</sup> Le *Life Skill* sono quelle abilità, competenze che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana (OMS; 1993).

All'interno del progetto sono stati approvati otto incontri a cadenza settimanale della durata di circa due ore durante il regolare orario scolastico. Ripetuti l'anno successivo.

### **Schede di “feedback” dei partecipanti**

Le schede di *feedback* venivano consegnate ai partecipanti alla fine di ogni incontro. Veniva chiesto di rispondere con frasi sintetiche a tre domande:

- Come ti sei sentito nella prima parte della sessione di Biodanza?
- Come ti sei sentito nella seconda parte della sessione di Biodanza?
- In cosa ti senti cambiato?

*Come ti sei sentito nella prima parte della sessione di Biodanza?*

“Mi sono sentita un po' così ma anche bene”

“Mi è piaciuto proprio tanto perché le musiche sono favolose”

“Mi sono lasciata trasportare dalla musica”

“Felice: cosa che non mi capita spesso, purtroppo”

“Mi sono sentita capace di affidarmi all'altro, specialmente nel giocare con le mani a coppie”

“Tranquilla e felice ma anche decisa e invincibile”

“Mi sono sentita più tranquilla e serena, visto che ultimamente non è un bel periodo”

“Mi sono sentita un po' fredda”

*Come ti sei sentito nella seconda parte della sessione di Biodanza?*

“Molto rilassato, mi sono sentito in contatto con persone che non conoscevo”

“Mi sono sentito bene quando mi hanno accarezzato la mano”

“Mi sono sentita libera di buttare fuori tutti i pensieri”

“Libera di sfogarmi”

“Mi è piaciuto: a me non piacciono le cose lente ma è stato interessante”

“La fiducia nelle altre persone quando abbiamo chiuso gli occhi”

“Mi sono sentita libera e spensierata per due ore non ho pensato al di fuori”

“Mi sono lasciata trasportare dalla musica e ho chiuso nel cassetto la tristezza”

*In cosa ti senti cambiato?*

“Mi sono sentita libera di esprimersi con il movimento del corpo, sorridendo ed essendo molto solare”.

“Mi coinvolgo forse più facilmente nelle attività e non mi vergogno”

“Nella gioia perché ne ho di più”

Mi sento cambiata dentro e fuori me stessa perché ho capito che si possono conoscere persone nuove”

“Non sono cambiata oggi perché ero già cambiata le volte precedenti”

“Il modo di vedere le cose”

“Ancora non lo so ma mi ha rinforzato ad essere più solidale e capire le altre persone e a leggere nel cuore”

“Nella fiducia, mi sento più tranquilla a parlare liberamente con tutti”