
“Tra abbandono e fiducia: laboratorio sensoriale per la cura di sé e dell’altro”

Priorità: Inclusione e diversità (inclusione sociale per tutti)

Il progetto promuove un’inclusione sociale universale, rivolta a tutte le persone, indipendentemente da età, contesto sociale o eventuali fragilità.

Destinatari

- Bambini della scuola primaria
 - Insegnanti e personale scolastico
 - Adulti e gruppi educativi/sociali
-

Contesto

Il laboratorio nasce per rispondere al bisogno crescente di:

- benessere emotivo
- relazione autentica
- fiducia reciproca

Attraverso esperienze corporee e sensoriali, si crea uno spazio inclusivo e non giudicante.

Finalità

- Promuovere il benessere psicofisico
- Favorire l’inclusione sociale
- Sviluppare fiducia e relazione
- Rafforzare la consapevolezza del sé e dell’altro

Obiettivi

- Sperimentare l'abbandono in un contesto sicuro
- Costruire relazioni basate sulla fiducia
- Stimolare i cinque sensi
- Favorire empatia e rispetto
- Promuovere la partecipazione attiva di tutti

Metodologia

- Approccio esperienziale e inclusivo
- Attività a coppie
- Comunicazione non verbale
- Ambiente protetto e accogliente
- Adattabilità alle diverse esigenze

Attività principali



Laboratorio sensoriale indoor

- Rilassamento guidato (musica, luci soffuse)
- Respirazione e training autogeno
- Esercizi di fiducia ("marionetta")
- Massaggi a coppie (piedi, mani, spalle)



Laboratorio sensoriale outdoor

- Percorso a coppie (uno bendato)
- Attivazione dei cinque sensi
- Guida e fiducia nell'altro



Riflessione finale

- Lettura di brani da...

ad esempio come la:

"Storia di una gabanella e di un gatto che le insegnò a volare" di Sepùlveda

- Condivisione delle emozioni
-

Durata

Un incontro di 2 (premodulabile in base al contesto)

Valutazione

- Osservazione del coinvolgimento
 - Feedback dei partecipanti
 - Condivisione finale
-

Risultati attesi

- Maggiore fiducia reciproca
 - Miglior benessere emotivo
 - Sviluppo dell'empatia
 - Inclusione attiva di tutti i partecipanti
-

Valore Erasmus+

Il progetto contribuisce alla costruzione di contesti educativi e sociali più inclusivi, dove ogni persona:

- si sente accolta
- si sente valorizzata
- partecipa attivamente

 Prendersi cura dell'altro significa prendersi cura di sé

