PEEAAR

IT

MANUALE DEL FORMATORE DEL PROGRAMMA DI PSICOEDUCAZIONE INTEGRALE STRUTTURATA



PEEAAR

Cofinanciado por
la Unión Europea

PEEAAR

MANUALE DEL FORMATORE DEL PROGRAMMA DI PSICOEDUCAZIONE INTEGRALE STRUTTURATA

AUTORI:

RUBÉN E. TABARÉS LENGO

JUDIT CASTAÑEDA ARIAS (MODULO 3)

FERNANDO PANIAGUA BLANC (MODULO 7)

Team PEEAAR – Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata

[2025]

MANUALE DEL FORMATORE DEL PROGRAMMA DI PSICOEDUCAZIONE INTEGRALE STRUTTURATA

1. Introduzione 07

2. Obiettivi generali del programma 08

3. Ruolo del formatore 09

4. Materiali 10

5. Struttura generale del corso 11

6. Struttura generale dei modui 11

1. *Apertura (10 min)* 11
2. *Esposizione Teorica (1,30 h)* 12
3. *Pausa (20 min)* 12
4. *Attività Pratiche e Dinamiche (1,30h)* 13
5. *Chiusura e Puesta in Comune (15 min)* 13
6. *Riflessione Personale* 13

7. Disposizione dello spazio e gestione del gruppo 14

8. Materiale Complementare e rete di comunicazione 14

1. INTRODUZIONE

Questo manuale è stato elaborato come guida di supporto per i facilitatori del Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata. Il suo obiettivo è offrire una struttura chiara, pratica e coerente che faciliti la comprensione del programma e la sua corretta implementazione in contesti educativi, comunitari o di intervento psicoeducativo.

L'approccio del modello si basa su una metodologia esperienziale e partecipativa, dove il ruolo del formatore non è trasmettere contenuti in modo unidirezionale, ma facilitare processi di apprendimento, riflessione e sviluppo personale nei gruppi.

Lungo tutto questo manuale vengono presentate le diverse sessioni della formazione, organizzate in modo progressivo dall'introduzione del programma fino all'integrazione finale. Ogni sessione è progettata affinché il futuro formatore comprenda sia il contenuto del modulo, sia la modalità di strutturazione della sessione, l'organizzazione dello spazio, la gestione del gruppo e la spiegazione delle dinamiche pratiche che successivamente saranno applicate con i partecipanti al programma.

Questo documento non intende essere solo una guida tecnica, ma anche uno strumento di riferimento per sostenere una pratica di facilitazione attenta, coerente e allineata ai principi del Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata.

2. OBIETTIVI GENERALI DEL PROGRAMMA

Il Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata ha come finalità quella di offrire un processo formativo progressivo che permetta ai partecipanti di sviluppare una comprensione più ampia e consapevole del proprio mondo interno, della propria relazione con l'ambiente e dell'integrazione tra entrambi.

A livello globale, il programma cerca di promuovere un processo di apprendimento che non si limiti all'acquisizione di conoscenze teoriche, ma che favorisca l'integrazione pratica di strumenti psicoeducativi applicati alla vita quotidiana.

Tra i suoi obiettivi generali si includono:

- Favorire la presa di coscienza del mondo interno (emozioni, pensieri, bisogni e schemi di funzionamento personale).
- Sviluppare abilità per la comprensione e la gestione del mondo esterno (relazioni, situazioni quotidiane e risoluzione di problemi).
- Promuovere la capacità di integrare entrambi i livelli di esperienza, facilitando risposte più consapevoli, adattive ed equilibrate.
- Incoraggiare lo sviluppo di risorse personali per l'autocura, l'autoregolazione e il benessere psicologico.
- Potenziare abilità relazionali che contribuiscano a legami più sani e funzionali.
- Dare impulso ad un processo di apprendimento esperienziale basato sulla riflessione, sulla pratica e sull'applicazione progressiva dei contenuti.

In termini di trasformazione, il programma promuove un cambiamento orientato verso una maggiore consapevolezza personale, una migliore regolazione emotiva, una relazione più flessibile con i pensieri e una maggiore capacità di adattamento alle situazioni della vita quotidiana.

L'apprendimento ricercato non è unicamente concettuale, ma esistenziale e integrativo, in modo che i contenuti trattati possano trasferirsi progressivamente all'esperienza reale dei partecipanti, favorendo processi di sviluppo personale sostenibili nel tempo.

3. RUOLO DEL FORMATORE

Il formatore nel Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata svolge un ruolo di facilitatore del processo di apprendimento, piuttosto che di trasmettitore di contenuti in senso tradizionale. La sua funzione principale è accompagnare il gruppo nella comprensione, nell'esperienza e nell'integrazione dei diversi contenuti del programma, favorendo uno spazio sicuro, strutturato e partecipativo.

Secondo questo approccio, il formatore non occupa una posizione direttiva, ma agisce come guida del processo di gruppo. Il suo compito consiste nel creare le condizioni adeguate per l'apprendimento, strutturare la sessione, proporre le dinamiche e sostenere l'inquadramento metodologico, permettendo ai partecipanti di essere protagonisti attivi del proprio processo.

Tra le sue funzioni principali si includono:

- Facilitare la comprensione dei contenuti teorici di ogni modulo.
- Spiegare e guidare la realizzazione delle dinamiche pratiche.
- Gestire il ritmo, i tempi e la struttura di ogni sessione.
- Favorire la partecipazione, il rispetto e la coesione del gruppo.
- Mantenere un clima di sicurezza, ascolto e contenimento di base.
- Adattarsi alle necessità del gruppo senza perdere la struttura del programma.

Allo stesso modo, il formatore deve mantenere un atteggiamento di presenza, ascolto e neutralità attiva, evitando interpretazioni eccessive o interventi che pongono il focus sul processo psicoeducativo. Il suo ruolo implica il mantenimento dell'equilibrio tra la struttura del programma e la flessibilità necessaria per rispondere alla dinamica del gruppo.

In ogni momento, il formatore agisce come referente metodologico, garantendo la coerenza del programma e facilitando affinché il processo di apprendimento si sviluppi in modo progressivo, ordinato e rispettoso verso i partecipanti.

4. MATERIALI

Lo sviluppo del Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata si basa su un insieme di materiali progettati per garantire un'implementazione strutturata, coerente e accessibile per il formatore. Ciascuna di queste risorse svolge una funzione specifica all'interno del processo formativo, facilitando sia la comprensione dei contenuti sia la loro applicazione pratica.

In primo luogo, la guida metodologica dei contenuti teorici offre al formatore una base chiara su cosa trasmettere in ogni modulo. Questo documento orienta l'esposizione dei contenuti, aiutando a mantenere la coerenza nell'approccio e assicurando che tutti gli aspetti chiave del programma siano affrontati in modo adeguato.

Dall'altro lato, il programma include un insieme di dinamiche pratiche specifiche per ogni modulo. Queste dinamiche costituiscono l'asse della parte applicativa dell'apprendimento e sono progettate affinché i partecipanti possano sperimentare e lavorare sui contenuti da una prospettiva esperienziale. Ogni dinamica dispone delle proprie indicazioni e specifica i materiali necessari per il suo svolgimento, il che permette al formatore di prepararle in anticipo in modo preciso.

Allo stesso modo, il quaderno di riflessione personale accompagna il partecipante lungo tutto il programma. In esso vengono proposti esercizi individuali associati a ogni modulo, orientati a favorire l'introspezione, l'integrazione dei contenuti e la loro connessione con l'esperienza personale. Questo lavoro viene svolto al di fuori dello spazio di gruppo e funge da complemento essenziale al processo formativo.

Infine, il manuale del formatore raccoglie la struttura delle sessioni, le linee guida metodologiche e gli orientamenti necessari per portare avanti il programma. Questo documento funziona come una guida pratica per la facilitazione, aiutando il formatore a organizzare ogni sessione, gestire il gruppo e applicare il programma in modo coerente con i suoi principi.

Insieme, questi materiali costituiscono una base solida che permette al formatore di sviluppare il programma con sicurezza, chiarezza e coerenza, mantenendo l'equilibrio tra contenuto, pratica e processo di gruppo.

5. STRUTTURA GENERALE DEL CORSO

La formazione ha una durata totale di 32 ore, strutturate in 10 sessioni di lavoro, con una progressione sequenziale dall'introduzione del programma fino alla chiusura finale del processo formativo.

La distribuzione dei contenuti è la seguente:

- Introduzione generale al programma: 1 ora.
- Moduli del programma (8 sessioni): 3 ore e 45 minuti ciascuno.
- Sessione di chiusura, contenimento emotivo e integrazione finale: 1 ora.

Questa struttura permette un equilibrio tra la comprensione del quadro generale del programma, lo sviluppo progressivo di ogni modulo e il consolidamento finale delle competenze del ruolo di formatore, includendo aspetti metodologici, pratici e di gestione del gruppo

6. STRUTTURA GENERALE DEI MODULI

Ogni modulo del Programma di Psicoeducazione Integrale Strutturata segue una struttura didattica comune che combina esposizione teorica, riflessione di gruppo, attività pratiche e valutazione continua. Questa organizzazione facilita l'integrazione progressiva dei contenuti e promuove un'esperienza di apprendimento significativa. La lezione di ogni modulo si sviluppa nelle seguenti fasi:

6.1 Apertura (10 min):

Ogni sessione inizia con uno spazio di apertura orientato a riprendere il processo di gruppo e facilitare la continuità dell'apprendimento. Questo momento iniziale ha una durata approssimativa di 10 minuti e svolge una funzione chiave di connessione, regolazione e accompagnamento.

Durante questa fase, il formatore raccoglie e risponde ai dubbi emersi nella sessione precedente, sia relativi ai contenuti dei moduli che alle esperienze personali che i partecipanti hanno voluto condividere. Nell'esperienza pilota, questo spazio è risultato particolarmente prezioso, poiché molte domande emergevano al termine delle sessioni e trovavano il loro naturale luogo di elaborazione all'inizio dell'incontro successivo.

Oltre alla risoluzione dei dubbi, questo momento può essere utilizzato per tastare il polso al gruppo e favorire una breve riconnessione prima di iniziare il contenuto del giorno. Per fare ciò, il formatore può avvalersi di piccole proposte semplici, come un rapido giro di parole (ad esempio, "come arrivo oggi" in una frase), una breve domanda aperta o un corto esercizio di attenzione al momento presente che aiuti a centrare il gruppo.

Si tratta di uno spazio flessibile, che non deve allungarsi eccessivamente, ma che permette di sostenere il processo di gruppo, dare continuità all'apprendimento e generare un clima di fiducia e disponibilità per il lavoro della sessione.

6.2 Esposizione Teorica con supporto visivo e interattivo (1,30 h):

Le lezioni iniziano con una presentazione del contenuto teorico centrale del modulo, utilizzando una presentazione in PowerPoint come guida visiva. Saranno fornite delle slide generali in formato editabile. I formatori possono adattare il design o la modalità di presentazione, a condizione che rispettino e mantengano l'integrità dei contenuti stabiliti per il modulo. Si cercherà di dare importanza al fatto che le lezioni siano dinamiche e partecipative, con giri di domande e dibattiti

6.3 Breve pausa (20 min)

Si prevede un momento di pausa che permetta al gruppo di disconnettersi un po', ricaricare le energie e favorire un ambiente di apprendimento salutare.

6.4 Attività Pratiche e Dinamiche (1,30h)

In questa fase si propongono esercizi pratici e dinamiche partecipative che permettono di applicare i concetti teorici a contesti reali o simulati. Queste attività favoriscono la collaborazione, il pensiero critico e l'esperienza diretta dei contenuti, avvicinando l'apprendimento alla realtà quotidiana degli studenti. Prima di iniziare il blocco principale delle dinamiche, può essere consigliabile inserire una breve attività iniziale di circa 5-10 minuti che aiuti ad "attivare" il gruppo e a generare un clima di lavoro adeguato. Questo tipo di proposte fungono da ponte tra la parte più esplicativa della sessione e il lavoro pratico, facilitando il coinvolgimento dei partecipanti.

6.5 Chiusura e Puesta in Comune (15 min)

La sessione si conclude con uno spazio di dialogo aperto in cui si condividono impressioni, apprendimenti e dubbi. Il docente o facilitatore guida un giro di parole o di domande e offre una chiusura riflessiva che aiuti a integrare quanto vissuto durante la lezione.

6.6 Riflessione Personale

Ecco la traduzione in italiano del testo:"Come complemento al lavoro svolto in sessione, si propone un'attività di riflessione individuale che gli studenti porteranno avanti in modo autonomo fuori dall'aula, utilizzando il quaderno di riflessione personale corrispondente a ogni modulo.

Questo spazio ha l'obiettivo di favorire l'integrazione dei contenuti da una prospettiva personale, invitando i partecipanti a connettere quanto trattato nella sessione con la propria esperienza vitale. Attraverso queste proposte, si promuovono la presa di coscienza, l'elaborazione interna e lo sviluppo personale in modo progressivo.

Il formatore dovrà presentare brevemente questo compito alla fine della sessione, spiegandone il senso, offrendo le indicazioni necessarie e risolvendo eventuali dubbi, senza entrarne nel merito dello sviluppo in aula. Si tratta di uno strumento di continuità che amplia l'apprendimento oltre lo spazio di gruppo e rafforza il processo individuale di ogni partecipante

7. DISPOSIZIONE DELLO SPAZIO E GESTIONE DEL GRUPPO

Si raccomanda di organizzare lo spazio in forma di semicerchio o cerchio, evitando la disposizione tradizionale tipo aula. Questa configurazione favorisce l'orizzontalità, la partecipazione e il contatto visivo tra i partecipanti, facilitando un clima più vicino e sicuro per il lavoro di gruppo.

È importante assicurarsi che lo spazio sia il più libero possibile, permettendo il movimento quando le dinamiche lo richiedano. Sempre che sia fattibile, si suggerisce di evitare barriere fisiche non necessarie (tavoli grandi, ostacoli tra i partecipanti), poiché possono ostacolare l'interazione e la sensazione di gruppo.

L'ambiente deve trasmettere comodità e sicurezza: buona illuminazione, ventilazione adeguata e un livello di rumore che permetta l'ascolto e la concentrazione. Piccoli elementi come la distanza tra le sedie o la possibilità di regolare la disposizione a seconda dell'attività contribuiscono a una maggiore flessibilità metodologica.

Allo stesso modo, il formatore deve intendere lo spazio come uno strumento attivo di intervento. Non è un elemento neutro, bensì influisce direttamente sulla partecipazione, l'apertura emotiva e il coinvolgimento del gruppo. Per questo motivo, adattare la disposizione in funzione del momento della sessione (spiegazione, lavoro in coppia, dinamiche di gruppo) fa parte del processo stesso di facilitazione.

8. MATERIALE COMPLEMENTARE E RETE DI COMUNICAZIONE

Al termine del programma, si raccomanda di mettere a disposizione degli studenti un insieme di materiali complementari che permettano di ampliare, approfondire o rafforzare i contenuti trattati durante le sessioni. Questo materiale non fa parte del contenuto obbligatorio del corso, ma funge da risorsa di supporto volontaria per quei partecipanti che desiderano continuare a esplorare i temi affrontati.

Questo materiale complementare può includere, tra le altre risorse:

- Bibliografia raccomandata relativa ai diversi moduli del programma.
- Articoli o letture di interesse.
- Link a video formativi o divulgativi.
- Podcast su psicologia, benessere e sviluppo personale.
- Canali di divulgazione o risorse digitali selezionate.
- Altri materiali che il formatore consideri pertinenti in base allo sviluppo del gruppo.

Si raccomanda che la selezione di queste risorse sia coerente con l'approccio del programma e adattata alle necessità e agli interessi rilevati durante la formazione.

Allo stesso modo, può essere utile facilitare uno spazio di comunicazione e continuità tra il formatore e i partecipanti, purché vi sia un accordo tra le parti. Questo spazio può essere organizzato attraverso strumenti come gruppi di messaggistica (ad esempio, WhatsApp) o cartelle condivise su piattaforme digitali (ad esempio, Drive), con l'obiettivo di condividere materiali, risolvere dubbi puntuali o scambiare risorse di interesse.

È importante che questo spazio sia mantenuto come una risorsa opzionale, rispettando la privacy, i limiti e la disponibilità dei partecipanti, evitando il sovraccarico di informazioni e garantendone un uso funzionale e ordinato.

L'obiettivo di questa sezione è favorire la continuità dell'apprendimento oltre l'aula, promuovendo una rete di risorse accessibili che accompagnino il processo formativo in modo flessibile e autonomo.



ideas al servicio de la naturaleza

WWW.NATURGEIS.COM

AUTORI:

RUBÉN E. TABARÉS LENGO
JUDIT CASTAÑEDA ARIAS (MODULO 3)
FERNANDO PANIAGUA BLANC (MODULO 7)
TEAM PEEAAR – PROGRAMMA DI PSICOEDUCAZIONE INTEGRALE STRUTTURATA
[2025]

NATURGEIS

DAVID SANTOS GONZÁLEZ
CEO y Cofundador NATURGEIS SL
Telf. 658 521 203
www.naturgeis.com