

Programa e estrutura da formação em Biodanza:

a) O que é a Biodanza?

Apresentar o sistema e relacioná-lo com a educação. Como podemos, através desta prática, ganhar instrumentos e recursos para sermos melhores pessoas e, por consequência, melhores profissionais. Entender também a forma de podermos aplicar a biodanza na profissão e na vida pessoal de cada um

b) A Identidade

Somos profissionais mas, acima de tudo, pessoas. Exercemos um papel de professores mas que, forçosamente, tem o ser humano por detrás. Seremos melhores profissionais sendo melhores seres humanos. Todos falamos em “dificuldades de aprendizagem”, mas será que não existem também “dificuldades de ensinagem”?

O professor foi e sempre será uma referência para o presente e futuro dos alunos. Mais do que professores “perfeitos”, os alunos querem professores autênticos e congruentes. Mais que exigir deles, os alunos querem sentir-se próximos e escutados. Não existe educação sem essa entrega, essa doação e essa verdade do professor. E aqui se dá a fusão entre a Identidade pessoal e profissional.

c) As Linhas de Vivência em Biodanza

A Biodanza opera através da experiência vivida (vivência). Ou seja, colocamos o aluno em experiência num ambiente que possibilite a aquisição de instrumentos e recursos para a vida.

Muitas vezes pensamos a Vida em vez de viver. A vivência em Biodanza coloca-nos no lugar de passar pela experiência e passando pela experiência, sentimos na pele e no corpo. E, principalmente para um professor, estar no corpo é sair da mente e de tudo o que precisa ser controlado.

d) O princípio Biocêntrico

A vida ao centro é o que nos diz este conceito. Ou seja, o importante para a Vida é a própria vida. A Alegria como emoção básica que nos dá o impulso vital e a motivação certa para a ação.

Descobrir no nosso íntimo o que me faz vibrar, o que me motiva, as minhas paixões...

acreditamos que um ser humano motivado e equilibrado na sua Vida poderá exercer e passar melhor a mensagem daquilo que faz na sua profissão.

e) A Criatividade

Desenvolver a criatividade é desenvolver capacidades de contornar obstáculos e adquirir recursos para encontrar soluções para os desafios da vida e da profissão.

Desenvolver estratégias leves e lúdicas para ter uma vida mais alegre e bem-disposta com consequências na profissão e nas relações que estabelecemos.

Assim, desenvolvemos uma criatividade existencial tornando a nossa vida na grande obra prima.

A exigência da vida e da profissão é imensa e este é uma grande recurso para diluir essas tensões diárias.

f) Inteligência afetiva

Acreditamos que esta é talvez a inteligência que faz mais falta a quem trabalha para o outro, para um público.

A inteligência afetiva é a capacidade de perceber o outro e chegar às suas necessidades. A empatia como um lugar de conseguir compreender o outro mesmo quando não estamos de acordo.

Esta inteligência resolve inúmeros conflitos e encurta distâncias nas relações.