

CICLO "CREARE SPAZI SICURI PER PREVENIRE LA VIOLENZA"

Workshop per madri e padri: "Basta disagio!"

2° incontro :

La famiglia, un ambiente in cui crescere



Le attività elencate di seguito sono state concepite in modo da poter essere facilmente implementate seguendo la presente guida.

Abbiamo effettuato un calcolo del tempo per poter pianificare l'incontro (90' in totale). È possibile decidere di mettere in pratica l'intero contenuto o solo una delle attività.

In corsivo, potrete visualizzare il testo per rivolgervi ai partecipanti.

Per tutti gli incontri, si propone di avere le sedie disposte in cerchio, senza tavoli, lasciando un ampio spazio al centro dove i partecipanti possono muoversi comodamente.

2° incontro : La famiglia, un ambiente in cui crescere

OBIETTIVO PRINCIPALE DELL'INCONTRO

Condividere ciò che intendiamo per famiglia e individuare quelle funzioni che aiuteranno i nostri figli e figlie ad affrontare le difficoltà che troveranno nel corso della loro vita.

FRASE DEL GIORNO (questa frase sarà appesa su un cartellone e scritta nelle lingue dei partecipanti)

Nasciamo come esseri molto deboli; per vivere abbiamo bisogno del cibo e del calore della madre e della famiglia, sia fisico che emotivo.

MATERIALE

Lettore, fogli con le premesse di cui tenere conto (li appenderemo alla parete per poterli trasmettere facilmente nel caso in cui si inserisca qualche nuovo partecipante e per ricordarli quando necessario), palla di piccole dimensioni, fotografie con animali dove si può vedere come alcuni di essi entrano in contatto con altri (una cinquantina, preferibilmente plastificati o all'interno di fodere in plastica), blu-tack, lavagna (o una lavagna a fogli mobili o cartoncino di grandi dimensioni), pennarelli, musica per l'attività di rilassamento e per l'attività finale.

SALUTI DI BENVENUTO (15')

All'arrivo salutiamo in modo informale. Dato che aspetteremo qualche minuto in attesa che tutti arrivino, chiederemo com'è andata la settimana, se è successo qualcosa, il giorno precedente, che si desideri raccontare. Possiamo anche chiedere cosa ci si ricorda del precedente incontro. (Se il gruppo non si fa avanti a parlare, possiamo passare alla frase del giorno: Ad esempio, chiederemo che cosa significa per ciascuno di loro "nutrire emotivamente". Possiamo mettere in relazione la risposta con la domanda del giorno precedente, ma non approfondiremo).

Staremo attenti se manca qualcuno. In questo caso, chiederemo se qualcuno del gruppo sa qualcosa della persona che è assente. Chiederemo se, nel caso in cui non arrivi più tardi, un compagno o compagna può contattarlo, chiamarlo, chiedere a qualche conoscente.) Spiegheremo che in gruppo viviamo situazioni simili a quelle che si vivono in famiglia. *"Quando qualcuno non c'è, notiamo la sua assenza, quando qualcuno non arriva in orario ci preoccupiamo e ci chiediamo perché sta tardando. È come quando una figlia o un figlio arrivano tardi a casa all'ora di cena. Notiamo la loro assenza, pensiamo a loro."* (Non togliamo la sedia dalle persone assenti finché non si saranno cancellate in modo esplicito.)

Se si aggiungono delle persone che il primo giorno non c'erano: Chiederemo il nome alle persone che si sono appena unite al gruppo. Passeremo una palla di piccole dimensioni a una di loro. Gli chiederemo di passarla a chi vogliono, chiedendogli come si chiamano. Chi risponde, lancerà la palla a un'altra persona che si è appena unita al gruppo. Continueremo a fargli lanciare la palla finché lo riterremo opportuno. Chiederemo al gruppo di indicare l'ambito del workshop.

RILASSAMENTO (5')

Con musica rilassante di sottofondo (preferibilmente suggerita dai membri del gruppo), inviteremo tutti a chiudere gli occhi e respireremo profondamente per tre volte (due secondi per l'ispirazione e quattro per l'espirazione) stringeremo allo stesso tempo il pugno vigorosamente (come se volessimo strizzare una spugna) e lo apriremo lasciandolo cadere (apriremo e chiuderemo il pugno per tre volte). Ripeteremo quanto indicato due o tre volte. *È importante dedicare qualche minuto a questa attività perché, sebbene abbiamo molte cose da fare, dobbiamo essere in grado di assimilare, per poter sperimentare, in modo che possa emergere qualcosa di nuovo, altrimenti ricadiamo nelle stesse cose di sempre.*

ATTIVITÀ PRINCIPALE (dai 30' ai 40' a seconda del numero di partecipanti)

1° passo: Sparpaglieremo sul pavimento diverse fotografie dove si vedono degli animali che interagiscono tra loro (alcuni mostrano atteggiamenti teneri o amorevoli, invece altri si mostrano più aggressivi, ecc.). Chiederemo loro di guardarli e di sceglierne uno che li faccia pensare alla loro famiglia (raccolgeremo quelli che sono rimasti sul pavimento). Una volta scelte, man mano che ciascuno dei partecipanti vorrà, senza un ordine prestabilito, essi mostreranno ciò che hanno scelto e spiegheranno perché. Appenderemo alla parete le fotografie scelte man mano che vengono presentate (al termine dell'incontro le fotograferemo nel loro insieme) (tra 20' e 30').

2° passo: Formeremo gruppi di quattro persone (possiamo distribuire carte della "baraja" spagnola e chiedere ai partecipanti che si raggruppino tra loro tenendo conto del numero che gli è capitato). Si dovrà dibattere su ciò sulla nostra idea di famiglia (5').

3° passo: I partecipanti si raggrupperanno di nuovo in base al seme delle carte che è toccato loro. Nel nuovo gruppo dovranno fare due cose: parlare tra loro delle idee condivise nel gruppo precedente e pensare in che modo la famiglia può aiutare i bambini (e le bambine) a crescere sani (e sane) in un mondo in cui si sta vivendo la crisi distribuita. (5')

SPAZIO DI RIFLESSIONE IN CERCHIO (tra 15' e 25', a seconda della durata dell'attività principale)

Per svolgere questa attività, si propone di adottare le dinamiche del cerchio spiegate nella prima scheda di riunione.

Il cerchio ruoterà verso sinistra e potremo condividere liberamente ciò che abbiamo detto in gruppo o ciò a cui ci hanno fatto pensare le fotografie di cui abbiamo parlato insieme.

Alcune domande per riflettere:

- Che funzioni ha una famiglia? (le idee che vengono fornite possono essere indicate su una lavagna classica, su una lavagna a fogli mobili o su dei cartoncini di grandi dimensioni).
- Di tutte queste funzioni, quali sono legate ai bisogni fisiologici, quali alle necessità sociali e quali alle necessità emotive?
- Aiutare a pensare, è una funzione della famiglia? Cos'è pensare?
- L'amore è una funzione della famiglia? E la speranza?
- E l'ascolto? E il conforto?
- Alcune delle fotografie che abbiamo selezionato si riferiscono a queste funzioni che stiamo vedendo (dare amore, risvegliare la speranza, confortare, stimolare il pensiero)?
- Quando pensiamo a cos'è una famiglia, pensiamo immediatamente a queste funzioni? Cos'altro abbiamo tendenza a pensare?
- Queste funzioni ci possono aiutare a far sì che i nostri figli e le nostre figlie gestiscano meglio le frustrazioni e i contrattempi? Come?
- Com'è la famiglia in cui siamo nati? E' molto diversa dalla famiglia che stiamo costruendo?
- Quale dovrebbe essere il rapporto tra padre e madre in questo universo familiare?
- Quanto è importante la presenza dei genitori all'interno della famiglia?
- La famiglia che vogliamo costruire è simile a quella costruita dai nostri genitori? In che cosa si assomiglia e in che cosa si differenzia?

Riflessione finale:

In famiglia possiamo vivere ogni genere di situazioni (mostrando le immagini che abbiamo scelto), alcune molto difficili, alcune molto belle e molto emotive, altre noiose ed altre ancora gratificanti. Come adulti abbiamo la responsabilità di cercare, attraverso le funzioni emotive a cui abbiamo fatto riferimento, di raccogliere tutte queste esperienze in modo che possiamo apprendere insegnamenti utili per il resto della nostra vita. Abbiamo la responsabilità di cercare di convertire le situazioni di disperazione in speranza; il disaccordo in comprensione dell'altro; l'impulsività in riflessione; l'intransigenza in pazienza.

ATTIVITÀ ENERGIZZANTE (5')

Tutti devono alzarsi in piedi e passeggiare per la stanza. Terremo d'occhio due persone del gruppo, quelle che vogliamo. Quando inizia la musica, cammineremo cercando di passare sempre in mezzo alle due persone che abbiamo scelto. Dal momento che tutti devono fare lo stesso, saremo sempre in movimento e non potremo perdere di vista le persone scelte. Se ad un certo punto le persone del gruppo sono troppo vicine una all'altra, si ricomincerà da capo. Lo faremo per 4'. Quando la musica si arresta, diremo quali erano le due persone tra le quali stavamo passando.

GIRO DI CHIUSURA (10')

- *Come ci sentiamo? Portiamo via con noi qualcosa di ciò che abbiamo condiviso oggi?*
- *Noi che abbiamo preparato il workshop vorremmo ricordare che, come dice la frase del cartellone, siamo nati come esseri molto fragili ed è per questo che dobbiamo crescere in famiglia, sia per i bisogni fisici, sociali ed emotivi dei bambini. Se teniamo a mente questa prospettiva, forse può risultare appassionante il nostro progetto di famiglia, anche se il risultato non è quello che ci aspettavamo. Abbiamo molto da dare, molto da fare, molto da costruire e imparare.*
- *Ricordate che è importante partecipare al workshop con assiduità e che è importante venire. È un privilegio poter partecipare. Se nonostante tutto ciò non potete venire, è necessario avvisare (dare un telefono di contatto). Se ci fosse qualche inconveniente, pensate se potete contare su qualcuno in modo tale da non assentarvi.*

TEMPO TOTALE: 90 MINUTI