

Oggetto: **Progetto “Raggi da oltre confine”**



Formatori:

- Sandri Giampaolo - formatore nell'ambito della disabilità, autore del libro “Cammino da seduto”, disabile.
- Ottenga Michele - educatore professionale.

Io (Giampaolo) e Michele ci siamo conosciuti 8 anni fa per motivi di lavoro.

Mi appoggio da diversi anni ad una cooperativa che mi fornisce il servizio di trasporto al lavoro, e l'operatore di quel periodo era Michele.

Lui stava laureandosi come Educatore Professionale a Savigliano, e arrotondava con piccoli lavori come il mio trasporto per iniziare a fare esperienza.

Tutte le mattine iniziavamo, quindi, la nostra giornata lavorativa insieme.

Dopo poco tempo siamo diventati amici e ci siamo resi conto che per pensieri comuni potevamo lavorare per realizzare qualcosa assieme.

Michele nel frattempo doveva iniziare a pensare alla tesi di laurea, che avrebbe concluso il suo percorso di studi, ed aveva il desiderio che fosse qualcosa di particolare, utile, ma anche interessante.

Nacque così l'idea a tutti e due di lavorare sulla mia storia, ossia la storia di una persona disabile che ha coscienza dei propri limiti fisici.

L'obiettivo, ambizioso, della tesi era quello che la mia biografia si potesse configurare come uno strumento che potesse essere utile per la formazione di educatori, medici, fisioterapisti, insegnanti.

Attraverso l'esperienza della mia "storia di vita", giovani medici, educatori possono fare tesoro della visione di una persona che sta dall'altra parte della barricata e lavorare per evitare discriminazioni o leggerezze.

Lo scrivere assieme è stato un lavoro "forte ed impegnativo" sia per me, sia per Michele. Abbiamo passato molte ore assieme, e, man mano che lavoravamo, cresceva in me l'esigenza di affermare con forza che la mia disabilità non è ciò che ferma la mia vita e la voglia di realizzarmi.

In me si radicava sempre più la parola speranza, parola che ci ha accomunato in tutto il percorso di lavoro.

"Sperare è imparare a vedere ciò che è veramente amabile e desiderabile dentro l'apparente banalità quotidiana, persino dentro la contraddizione quale può sembrare la disabilità. Sperare è intravedere nel presente il futuro di ogni cosa".

Michele iniziava la tesi chiedendosi se questo lavoro di raccolta delle mie esperienze potesse donare al formatore qualche spunto per rileggere la propria professione d'aiuto in un'ottica diversa: l'ottica di una persona che vive con dignità la propria disabilità.

Bene "Cammino da seduto" ne è la risposta.

“Cammino da seduto” è il libro che è nato dal lavoro fatto sulla tesi di Michele e su altri scritti che ho messo giù con l'aiuto di numerosi amici.

Il libro è stato stampato per la prima volta circa cinque anni fa, ed ha avuto, grazie all'aiuto anche qui di molti nuovi e vecchi amici, un'ottima visibilità.

Durante le serate di presentazione del libro, alle quali Michele talvolta mi accompagnava, mi sono reso conto di quanto il lavoro, che avevamo fatto, risvegliasse la voglia di sperare alle persone che ci ascoltavano.

Il disagio e la paura sono condizioni che esistono nella vita di ognuno e in qualche modo ci accomunano tutti.

Da un paio di anni io e Michele ci siamo "rimessi in gioco" spinti dalla convinzione comune che sono utili processi formativi per lavorare su di sé per passare all'accettazione di se, per trasformare i limiti in risorse ed arrivare così a sentirci ognuno con le proprie differenze parte del mondo, e non un mondo a parte.

Animati da questa intenzione, e provando a mettere in campo le nostre doti, le competenze acquisite con l'esperienza e la nostra professionalità abbiamo studiato dei laboratori che, partendo dalla mia esperienza diretta di disabilità/disagio, richiassero ogni partecipante a dar luce e dignità al proprio disagio/disabilità.

Non abbiamo mai cercato vie difficili per la comunicazione e ci siamo serviti di musica, di filmati e di spunti letterali per stimolare dibattito nei gruppi e riflessione personale.

Sommando i numerosi incontri che abbiamo fatto in parrocchie, scuole, comuni, consulte giovanili ed associazioni vicine al mondo della disabilità, abbiamo fatto una ragionevole stima di aver incontrato più di mille giovani, con i loro insegnanti, educatori, animatori e preti.

Dalla bella esperienza fatta finora, e su suggerimento di molti rimasti colpiti dal nostro modo di lavorare, abbiamo elaborato questo progetto, sicuramente più organico e strutturato, che abbiamo intitolato "Raggi da oltre confine".

“Raggi da oltre Confine” nasce da una "sete", una voglia, un desiderio di riscoperta personale molto forte che abbiamo incontrato in molti giovani dei gruppi che abbiamo conosciuto.

Talvolta forse è un desiderio un pochino impaurito, intimorito, spento, fino a quando non gli si offrono possibilità, non gli si danno spunti per uscire allo scoperto.

Quando chi ascolta viene messo a proprio agio, sentendo un'esperienza di vita diversa, più complessa, spesso si apre la diga

della resistenza e si ha una voglia quasi primordiale di mettersi in gioco, di riscoprirsi. Liberati dal condizionamento del giudizio si percepisce meglio se stessi arrivando a vedere talenti e risorse che ognuno di noi ha.

Siamo certi che per "ritornare liberi" dalle nostre varie e svariate disabilità dobbiamo percorrere la strada che ci porta ad essere consapevoli che nelle nostre disabilità sono nascoste le nostre maggiori abilità.

Bisogna risvegliare, il più possibile, questo desiderio di confrontarsi un attimo con la propria interiorità con la sola finalità di ricevere qualche "raggio da oltreconfine" dando luce alle risorse che ognuno dentro di sé possiede.

## **FINALITA' DEL PROGETTO:**

- Prevenzione del disagio giovanile, principalmente psicologico ed emotivo (prevenzione primaria)
- Promuovere un'ottica di INCLUSIONE sociale della diversità.
- Promozione del benessere degli allievi, del gruppo classe e degli insegnanti.

Il benessere è uno stato che coinvolge tutti gli aspetti dell'essere umano, e caratterizza la qualità della vita di ogni singola persona. Definiamo il benessere come "lo stato emotivo, mentale, fisico, sociale e spirituale che consente alle persone di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale nella società".

Il benessere del gruppo aumenta solo se aumenta il benessere di chi sta peggio. Il benessere ha una valenza costruttiva piuttosto che riparativa: esso non è un dato naturale, ma un obiettivo da raggiungere costruendone le condizioni perché possa essere raggiunto.

Promuovere il benessere è quindi la forma migliore per prevenire il disagio, ed è anche una condizione per favorire il successo formativo, l'integrazione scolastica e in ultima analisi l'integrazione/accettazione della società da parte degli allievi.

## **OBIETTIVI DEL PROGETTO**

- Favorire un Empowerment relazionale e sociale ed emotivo attraverso un processo il più possibile maieutico.

Con il termine Empowerment viene indicato un processo di crescita individuale o di gruppo, basato sull'accrescimento della stima di sé, dell'autoefficacia e dell'autodeterminazione per far emergere risorse latenti e condurre l'individuo o il gruppo ad appropriarsi consapevolmente del proprio potenziale.

Si tratta di un percorso che intende favorire il riconoscimento del proprio valore ( come individuo e come individuo nel gruppo) primo passo per affermare le proprie unicità e farle brillare.

Valorizzare l'unicità e la peculiarità di ognuno attraverso una valorizzazione delle proprie realtà positive e una maggiore conoscenza di sé.

Prevenire problematiche di natura emotiva, relazionale e comportamentale e potenziare le autonomie personali al fine di un iniziale mettersi in gioco nel proprio progetto di vita

- Favorire il benessere personale e di gruppo ponendo l'accento sul “cosa funziona” rispetto al “cosa non va”. Favorire perciò un processo che muova dal limite alla risorsa personale.

Sono centri del nostro operare lo sviluppo positivo, l'autorealizzazione, la soddisfazione personale, l'autoefficacia, l'autostima, il senso di fiducia, il senso di appartenenza.

- Apprendere una modalità relazionale che valorizzi l'ascolto degli altri in modo responsabile e il rispetto attraverso l'empatia.

L'empatia è la capacità di comprendere appieno lo stato d'animo altrui, sia che si tratti di gioia, che di dolore. Empatia significa “sentire dentro” ed è una capacità che fa parte dell'esperienza umana. Si tratta di un potente mezzo di cambiamento. L'empatia ha come obiettivo più elevato quello non solo di mettersi nei panni dell'altro, ma essere con l'altro.

- Stimolare ed esercitare una comunicazione più semplice e più efficace e il più possibile positiva.

Per una comunicazione efficace è necessaria la consapevolezza intesa come quella naturale capacità che ci permette di essere presenti e attenti al nostro vivere, al vivere degli altri e a come interagiscono questi due mondi, momento per momento in modo intenzionale e non giudicante.

Un approccio consapevole alle relazioni conduce inevitabilmente anche ad una maggiore soddisfazione dei rapporti e aiuta a sostenere uno stile di vita più sereno.

- Aumentare tra docenti e allievi la capacità di leggere in modo condiviso le dinamiche relazionali del gruppo classe e migliorarne il clima.

Siamo convinti che un lavoro centrato sulle emozioni e sul disagio assicuri una feconda ricaduta in aula per supportare gli insegnanti nel gestire il loro lavoro e per essere quindi più efficaci.

Trasformare la difficoltà delle dinamiche complesse e a volte conflittuali del gruppo classe in occasione di dialogo e collaborazione è la forma migliore per una maturazione di tutti.

- Accompagnamento dei ragazzi nelle loro scelte, da quelle quotidiane a quelle più importanti, secondo le attitudini individuali di ciascuno.

Un problema e una capacità che di conseguenza ci poniamo come obiettivo da sviluppare è quello della capacità di scegliere; che prepotentemente prende piede nell'età della pre-adolescenza.

Suggerimenti e stimoli allo “scegliere” caratterizzano tutti i laboratori che proporremo.

L'obiettivo è porre l'accento sull'importanza di essere determinati nella scelta guardando dentro a se stessi.

## **COME LAVORIAMO. METODI E PECULIARITA' DEL PROGETTO “RAGGIDAOLTRECONFINE”**

Il nostro progetto è dedicato ai ragazzi delle scuole medie inferiori e superiori.

Per una buona riuscita del progetto è necessario non lavorare con un gruppo troppo ampio; in maniera da lasciare a tutti i giusti spazi per la condivisione e tempi.

L'ideale per un progetto come questo è l'ambiente-gruppo classe.

Per l'organizzazione dei nostri incontri abbiamo deciso di elaborare un metodo di azione che ha come obiettivo quello di

- “educare” e non insegnare: educare dal latino e-ducere: portare fuori da, far emergere; vogliamo che i partecipanti siano gli attori protagonisti delle attività; perciò il ruolo dei formatori è quello di condurli attraverso diverse esperienze per sollecitare tematiche di dialogo e riflessione.
- Comunicare e non trasmettere: partendo dalla nostra esperienza, dalle esperienze dei vissuti di Giampaolo, ci poniamo come “provocatori” e sensibilizzatori rispetto al lavoro su se stessi e non utilizzeremo il tipico metodo didattico, non avendo come obiettivo quello di “spiegare” qualcosa.
- Dialogare e non semplicemente chiacchierare: dialogare significa per noi interrogarsi attivamente sulle tematiche che proporremo; come conduttori del gruppo cercheremo di facilitare il dialogo (senza pilotarlo eccessivamente) canalizzando gli interventi dei ragazzi.

Il filo conduttore di tutte le attività sarà l'invito costante a “interrogarsi su di sé” e sui propri vissuti.

Questa nostra idea nasce da un'esigenza di cui ci siamo resi conto in questi anni in cui abbiamo incontrato diversi gruppi. I ragazzi incontrati spesso hanno manifestato le loro difficoltà nel trovare spazi e opportunità per parlare, esprimere, interiorizzare correttamente e rielaborare i propri vissuti.

Vogliamo dare dignità a questa necessità, sicuri che nella pre-adolescenza e nell'adolescenza la maggior parte delle esperienze nasca dall'esigenza dei ragazzi di ricercare la felicità e la realizzazione futura.

Siamo convinti che nella scuola di oggi questa parte sia un po' carente, e confrontandoci con diversi insegnanti e genitori abbiamo avuto la conferma che interventi come il nostro siano sempre di più un'esigenza formativa che la scuola deve ascoltare e fare propria.

L'interrogarsi su di sé e su cosa ci spinge, su cosa ci rende felici è anch'essa una forma di arte e di scienza a cui i ragazzi vanno introdotti e guidati; stimolati e accompagnati, allenati fin da giovani.

Un lavoro di questo tipo si pone nel filone degli interventi legati alla "prevenzione primaria".

La prevenzione primaria è la forma classica e principale di prevenzione focalizzata sull'adozione di interventi e comportamenti in grado di evitare o ridurre l'insorgenza e lo sviluppo di una malattia o di un evento sfavorevole.

Siamo convinti che parlando dei "fattori di rischio" del malessere psicologico e dialogando e interrogandosi su essi i ragazzi ne prendano maggiore coscienza e dunque si attivino fin da giovani, ognuno con le proprie esigenze, a fare una corretta "igiene mentale" e psicologica.

Inoltre un intervento così studiato si pone anche come screening dell'esistente e può essere da stimolo e sollecitazione ad un intervento più strutturato e mirato se il disagio fosse già forte e radicato.

L'adolescente che sta già provando qualche forma radicata di disagio potrà avere il giusto canale e, perché no, una spinta a rivolgersi ad una forma di aiuto più mirato e risolutivo.

Elenchiamo qui di seguito alcuni punti fondanti la nostra metodologia di lavoro:

## **1. L'USO DEI SIMBOLI:**

Intendiamo il simbolo come il migliore strumento di riconoscimento del percorso svolto.

In ogni attività abbiamo previsto un simbolo.

Simboli semplici e il più possibile aderenti alla vita quotidiana dei ragazzi.

Il simbolo dà un significato di riconoscimento e appartenenza al gruppo di lavoro, ed è una semplificazione e materializzazione del concetto che si vuole passare e su cui si vuole riflettere durante l'incontro.

I simboli hanno il potere di accompagnare e di rimandare la mente alle attività svolte e sono delle vie privilegiate per aprire la porta del lavoro su se stessi.

Durante l'ultimo incontro prevediamo un momento di "consegna" in cui ognuno si prenderà i simboli (o la gran parte di essi) che hanno guidato gli incontri e il percorso svolto.

## 2. LA DIFFERENZA TRA "IL SENTIRE" E "IL DIRE"

Per introdurre i ragazzi ad un lavoro su se stessi sottolineiamo la differenza tra due verbi e facciamo nostra questa semplificazione per tutto il tempo del corso.

Riferiamo il "**sentire**" a se stessi: ognuno prova, vive le emozioni sentendole aderenti a sé.

Il sentire non è soggetto a giudizio e deve essere preso più o meno "così com'è". I ragazzi vanno indirizzati e sensibilizzati a usare i termini giusti e ad aumentare il proprio lessico per "spiegare" e "spiegarsi" i propri vissuti interiori.

Talvolta non sarà semplice usare le giuste parole per esprimere il proprio "sentire", ma i ragazzi saranno costantemente invitati a farlo (anche in forma anonima) per dare dignità al proprio "sentire di pancia".

Altro valore avrà il "**dire**" verbo che riferiremo all'azione fatta dagli altri su di noi. Ognuno potrà, se invitato, "dire" cosa pensa del vissuto del compagno. Nessuno avrà il diritto, neppure i formatori, di "sentire al posto".

Sottolineando la differenza tra questi due verbi vogliamo dare il massimo valore alle emozioni e ai vissuti che emergeranno da ognuno, lasciando un terreno (quello del sentire) non giudicabile, su cui nessuno, tranne il diretto interessato, potrà avere l'ultima parola.

### **3. UTILIZZO di DOMANDE MIRATE**

L'utilizzo delle domande mirate ci permette di guardare con attenzione, con intensità, e con particolare sentimento all'argomento che andremo a sviluppare.

I ragazzi saranno "canalizzati" attraverso domande semplici, con affermazioni positive e invitati a rispondere nel merito.

La domanda mirata porta a guardarsi dentro, puntando l'attenzione nella zona sollecitata dalla domanda stessa.

Le risposte alle domande saranno date sempre per scritto e talvolta in forma anonima (quando l'argomento esige maggiore rispetto da parte del gruppo), e questa parte del lavoro individuale, che riteniamo fondamentale, avrà da parte nostra una particolare cura; durante i momenti di riflessione personale accompagneremo il gruppo con musica rilassante e con un clima il più possibile di silenzio.

Le risposte saranno sempre, o a voce nel gruppo, o attraverso altre forme, condivise nel gruppo (con cartelloni, brainstorming etc...)

Alla fine del corso i ragazzi potranno portarsi a casa la cartellina con tutto il lavoro fatto e quindi con tutte le risposte che avranno dato alle diverse domande.

### **4. IMPORTANZA DEL "RITO"**

In alcuni momenti del corso parleremo del "rito" e ne sottolineeremo l'importanza.

Le attività che si rifaranno al "rito" dovranno rispettare alcune regole importanti per lasciare il massimo spazio alla funzione simbolica che vogliono esprimere.

I ragazzi saranno invitati a dare importanza ai "gesti" che si compieranno e alla maniera in cui farli per esercitarsi nel rispetto e nell'ascolto attivo degli altri.

Ad esempio verrà utilizzata la carrozzina - simbolo materiale di disabilità e disagio - per leggere e dare dignità ai vissuti di disagio di ognuno.

Momenti di questo tipo verranno introdotti, spiegati e guidati focalizzando l'attenzione sulla funzione simbolica che portano con sé.

Utilizzare alcuni "riti" per parlare di sé e per far emergere parti del proprio vissuto fa crescere il concetto di "dignità personale", crea legame nel gruppo, e mette tutti i partecipanti sullo stesso piano.

Il “rito” serve per il gruppo, oltre che per il singolo, amplificando l'importanza della “comunità” nella crescita psicologica e umana del singolo stesso.

## **5. L'ESPERIENZA DI GIAMPAOLO PARTE CENTRALE “ALTA” DEGLI INCONTRI**

Il momento centrale di ogni incontro sarà dedicato a Giampaolo e al suo vissuto di disabilità.

Il momento è sempre incentrato sul tema dell'incontro stesso.

Partendo da un limite concreto e inerente a ciò di cui si sta parlando nell'incontro, si dà la massima importanza alla rielaborazione fatta del limite stesso, entrando in esso, in profondità; ascoltando ciò che da esso emergeva, “standoci dentro” per trasformarlo in risorsa e punto di forza.

Verrà sottolineata la capacità di Giampaolo di “mettersi in gioco” con se stesso il più possibile per stare bene, per essere felice anche laddove risulta difficile.

Vorremo che l'esperienza e le battaglie vissute da Giampaolo nel corso della sua adolescenza fossero stimolo e messaggio di speranza per i ragazzi.

La speranza di Giampaolo è cresciuta negli anni, temprandosi attraverso sofferenze e sacrifici.

Ad ogni incontro ci sarà l'appuntamento con “lo spazio di Giampy” per provocare i ragazzi, per dare loro la possibilità di confrontarsi con un'esperienza molto diversa dalla loro e per allenarli a allargare la prospettiva.

Siamo convinti che, al di là della buona riuscita o meno di una singola attività, sia comunque sempre l'esperienza concreta e vissuta che lascia tracce e stimoli nei ragazzi in formazione.

## **6. UTILIZZO DI MUSICA, VIDEO.**

Faremo uso di canzoni e video per accompagnare alcuni momenti degli incontri.

Siamo convinti della validità e della efficacia che hanno mezzi come questi nel trasmettere, e nel dar voce a messaggi importanti.

Alcune canzoni, il cortometraggio “il Circo della Farfalla”, i video per esprimere il concetto di bisogno, saranno fondamentali per la rielaborazione degli argomenti trattati.

Esistono diversi canali per entrare in contatto con se stessi; favorendo l'utilizzo di una vasta gamma di cose diamo ai ragazzi la possibilità di sperimentarsi e, perché no, magari di trovare la propria via per guardarsi dentro e per rielaborare i significati del vivere quotidiano.

Utilizzeremo inoltre della musica rilassante (strumentale...) per accompagnare i momenti di riflessione personale, per non lasciare spazio al brusio e per favorire al massimo la concentrazione.

## **7. RITMO E INTERCAMBIABILITA' DELLE ATTIVITA'**

Saremo piuttosto incalzanti nel muoverci negli incontri e nei tempi delle attività.

Siamo convinti che sia necessario dare un ritmo al nostro agire, per evitare spazi e momenti vuoti e per favorire l'immediatezza e la spontaneità della risposta dei ragazzi agli stimoli che proporremo.

Siamo convinti che i ragazzi vadano educati al tenere dei tempi per riempirli di significato.

Questo nostro obiettivo non preclude affatto, laddove sia chiara l'esigenza dei ragazzi, lo stare e il fermarsi su qualcosa, il dialogare su di esso, l'approfondirlo e il rinunciare al completo svolgimento dell'incontro previsto.

## **8. I FEEDBACK**

Utilizzeremo in tutti gli incontri un momento finale di feedback da parte dei ragazzi.

Il feedback dei ragazzi è fondamentale per l'eventuale variazione, ritaratura, di parti del lavoro futuro e da una verifica dell'efficacia dell'incontro che si è appena svolto.

Il feedback verrà fatto per scritto, e da la possibilità ai ragazzi di evidenziare ciò che ha più lasciato il segno nei ragazzi.

Durante la settimana, tra un incontro e l'altro, i ragazzi verranno inoltre invitati a rispondere ad altri due feedback per capire quanto l'attività svolta si è contestualizzata nel vivere quotidiano.

I feedback scritti durante la settimana verranno raccolti all'inizio dell'incontro successivo e verranno interamente restituiti ai ragazzi alla fine del corso.

Sarà chiesta la massima collaborazione ai ragazzi, agli insegnanti e ai genitori nello svolgimento delle risposte alle domande-feedback. Senza una verifica in itinere, un percorso di azione sul gruppo come questo, rischia di avere minore efficacia.

## **CONTATTI**

Michele Ottenga cell: 347/9115593

Giovanni Sandri cell: 347/2391944

MAIL di RIFERIMENTO: [raggidaoltreconfine@gmail.com](mailto:raggidaoltreconfine@gmail.com);  
[sandri.giovanni@gmail.com](mailto:sandri.giovanni@gmail.com).  
[michele.ottenga@gmail.com](mailto:michele.ottenga@gmail.com)