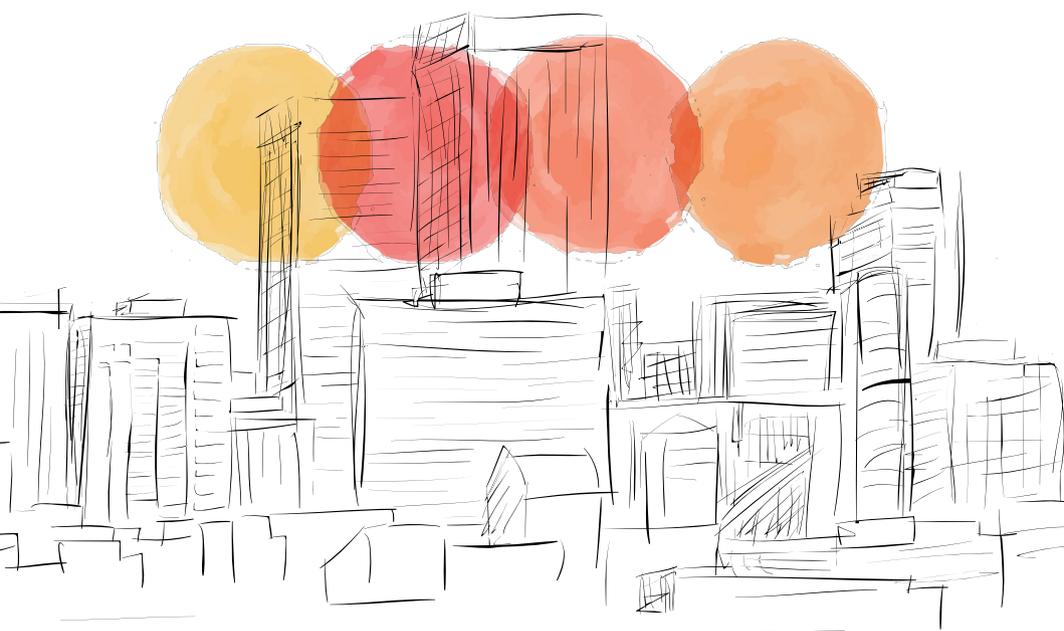


SPAZIO DI ASCOLTO, DI CONDIVISIONE,
DI CREAZIONE DI LEGAMI
PER UNA COMUNITÀ CHE CURA

TERAPIA COMUNITARIA INTEGRATIVA SISTEMICA
SPAZIO DI ASCOLTO, DI PAROLA E CREAZIONE DI LEGAMI

Promuovere la resilienza nelle persone in situazione di difficoltà
Prof. Dr. Adalberto Barreto





FONDAMENTI TEORICI DELLA TERAPIA COMUNITARIA

1. Il Pensiero Sistemico
2. La Teoria della Comunicazione
3. Antropologia Culturale
4. Resilienza
5. La Pedagogia di Paulo Freire

Il Pensiero Sistemico

Siamo dentro ad una rete di ramificazioni che legano le persone in un tutto che coinvolge il corpo, la mente e le emozioni, e la società.

La Teoria della Comunicazione

Ogni gesto, verbale o no, individuale o di gruppo ha valore comunicativo per comprendere i significati legati al comportamento umano.

Antropologia Culturale

La cultura è un elemento di riferimento fondamentale nella costruzione della nostra identità personale e di gruppo, e interferisce nella definizione di quello che sono io e che siamo noi.

Resilienza

La fonte di conoscenza è la propria storia personale. La valorizzazione dei vissuti, le crisi, le sofferenze e le vittorie di ognuno, esposte al gruppo, saranno utilizzate come materia prima in un lavoro di creazione graduale di coscienza sociale, affinché le persone scoprano le implicazioni sociali nella genesi della miseria e della sofferenza umana.

Pedagogia di Paulo Freire

Paulo Freire affermava che "la vita è una scuola aperta 24 ore su 24". Ciò vuol dire che bisogna valorizzare ciò che apprendiamo all'esperienza, e fa dialogare i due saperi complementari (scienza e vita, cioè le competenze degli specialisti e le abilità o debolezze che le persone scoprono in relazione alle proprie sofferenze e alle proprie modalità reattive).

Di seguito alcune citazioni di Paulo Freire riferimento teorico del modello di Barreto:

"Nessuno educa nessuno, nessuno si educa da solo, gli uomini si educano insieme, con la mediazione del mondo".

"Nessuno libera nessuno, nessuno si libera da solo: ci si libera insieme".

"Insegnare è l'esercizio del dialogo, dello scambio e della reciprocità".

"La conoscenza non è separata dal contesto della vita. Aiutare a trovare soluzioni, non constatare gli errori".



Se ci soffermiamo solo sugli aspetti negativi:

- ❑ Facciamo una lista delle mancanze e delle carenze per porvi rimedio
- ❑ L'altro diventa l'oggetto del nostro intervento (passivo)
- ❑ Poiché l'altro rappresenta un problema, noi procuriamo le soluzioni (salvatore del mondo)

dal punto di vista tecnico conforta i professionisti, ma trascura le relazioni umane, affettive, culturali che sono di importanza primaria.

Fra tanti modelli disponibili, si possono identificare due grandi linee di azione che orientano la pratica degli operatori di cura:

1. Modello "salvatore dell'umanità"
2. Modello **compartecipativo**

Il modello del "salvatore dell'umanità" è un modello giudaico-cristiano basato su:

- l'errore
- la mancanza
- la carenza
- il negativo
- il peccato

Tale modello porta alle seguenti conseguenze:

- Ciascuno desidera far cambiare, curare gli altri.
- L'informazione si concentra in un solo individuo.
- La soluzione viene dall'esterno e solo il "Salvatore" la possiede.
- Genera dipendenza: es. aumento dei servizi di aiuto per le categorie più disagiate.
- Nutre "l'illuminato", il salvatore rinforzando il sistema dominatore/dominato, salvatore/assistito.

Il modello "compartecipativo" si basa su:

- La competenza di ogni persona.
- Non cerca di identificare le debolezze e le carenze.
- Promuove la circolazione dell'informazione.
- Suscita la corresponsabilità.
- Fa emergere le innovazioni e le auto-soluzioni.

Tale modello garantisce che:

- Le risorse vengono dal gruppo e circolano all'interno di esso.
- Da parte del gruppo c'è un riconoscimento ed una valorizzazione delle competenze individuali e delle risorse culturali.
- Ciascuno è parte del problema e della soluzione.
- Si valorizzano il positivo, l'autonomia e la corresponsabilità.
- Ciascuno cerca di cambiare sé stesso piuttosto che l'altro.

Il modello compartecipativo, si basa su due presupposti fondamentali:

1. Sebbene lo si ignori, ogni persona possiede in sé delle risorse e dei saperi utili agli altri, qualunque siano le condizioni sociali, le condizioni economiche e di cultura di provenienza.
2. Le sue competenze vengono dalle prove che ha attraversato. Su queste basi, gli scambi sono decisamente "orizzontali": non viene valorizzato lo status economico o universitario, ma la varietà delle esperienze di vita e a questo livello ciascuno si ritrova allo stesso insegnamento.



TAPPE DELLA TERAPIA COMUNITARIA INTEGRATIVA SISTEMICA

1. Accoglienza.
2. Scelta del tema.
3. Contestualizzazione.
4. Condivisione dell'esperienza.
5. Chiusura, rituali di unione.
6. Valutazione, riflessione e lezione tratta dall'incontro.

ACCOGLIENZA (± 10 min)

- Augurare il benvenuto
- Presentare la Terapia Comunitaria come spazio di condivisione delle nostre esperienze di vita. Chiarire che si tratta di uno spazio di libera espressione in cui non si è tenuti a parlare.
- Ricordare le regole:
 - × Fare silenzio quando gli altri parlano.
 - × Parlare di sé, in prima persona, utilizzando l'"IO" come soggetto.
 - × Non dare consigli, non giudicare.
 - × Non fare discorsi, né interpretare.
 - × Suggestire canti, storie, poesie, detti popolari, proverbi attinenti al tema dell'incontro.
- Celebrare di avvenimenti: anniversari, compleanni, date significative.
- Proporre un esercizio dinamico per "riscaldare" l'ambiente e creare l'atmosfera giusta.
- Passare la parola al co-terapeuta che condurrà l'incontro.



SCelta DEL TEMA (± 10 min)

- Introduzione della scelta del tema attraverso la comunicazione dell'importanza del "parlare e dell'esprimersi verbalmente".

Perché è necessario parlare? Perché esprimersi attraverso le parole?

Il motivo è che quando la bocca tace parlano gli organi; quando la bocca parla gli organi guariscono. Noi parleremo con la bocca per evitare di esprimere il nostro malessere attraverso i sintomi di un disagio come depressione, gastrite, mal di testa, dolori ecc..

- Invito dei partecipanti ad introdurre i temi da condividere, ricordando che la Terapia Comunitaria non è il luogo dove rivelare segreti.

Di cosa parlare? Di ogni cosa che crea un disagio, che provoca tensioni, malesseri, che ci impedisce di dormire, ecc..

Si tratta di situazioni di vita che riguardano i nostri ruoli di genitori, familiari o ruoli professionali, temi che ci preoccupano come l'educazione e la formazione dei nostri figli, condizioni sociali come l'incertezza nel futuro, la mancanza di sicurezza, episodi di violenza,...

- Chi desidera parlare dice il suo nome e porta il tema e la sua sofferenza attraverso poche parole.

Il terapeuta prende nota del nome della persona e fa una piccola sintesi di ogni storia presentata. Ad esempio: "NOME (della persona), se ho ben capito, la tua sofferenza è..."

- Invitare il gruppo a fare attenzione in quanto dovrà scegliere uno dei temi presentati.
- Chiarire che non si sceglie la persona né il tema in modo specifico, ma ciò che il tema e l'emozione associata hanno suscitato in noi.
- Quando tutti avranno parlato, restituire la sintesi dei temi presentati, quindi chiedere ai presenti di esprimere una breve preferenza sui temi ed il motivo della scelta. Al termine si passa al voto in plenaria per alzata di mano.
- Alle persone il cui tema non è stato scelto, viene chiesta comprensione, proponendo, al termine dell'incontro, un orientamento e/o definire un accompagnamento appropriato.

CONTESTUALIZZAZIONE (± 15 min)

- Chiedere alla persona il cui tema è stato scelto che la situazione venga presentata in modo più ampio.
- Ricordare che tutti i partecipanti possono fare domande di apertura, specificando che chi porta il tema sarà libero di non rispondere.
- Alla fine ringraziare la persona che ha portato il tema, dirle che da questo momento e fino alla fine della condivisione non dovrà più parlare né rispondere a domande ma solo ascoltare.

CONDIVISIONE DELL'ESPERIENZA (± 40 min)

Nella fase di condivisione parliamo solo di noi stessi e delle nostre esperienze di vita. Il terapeuta agevola la condivisione dei partecipanti attraverso alcune domande come:

- Utilizzo di domande chiave "Jolly" come ad es.:
"Chi di voi ha già vissuto una situazione simile e cosa ha fatto per superare la difficoltà?".
- Utilizzo di domande chiave "Simboliche" sul tema come ad es.:
"Chi di voi ha già conosciuto il "dolore della solitudine?".
"Chi di voi ha già sofferto la "discriminazione?".
"Chi di voi ha già vissuto il "fallimento" di una relazione?".

CHIUSURA (± 15 min)

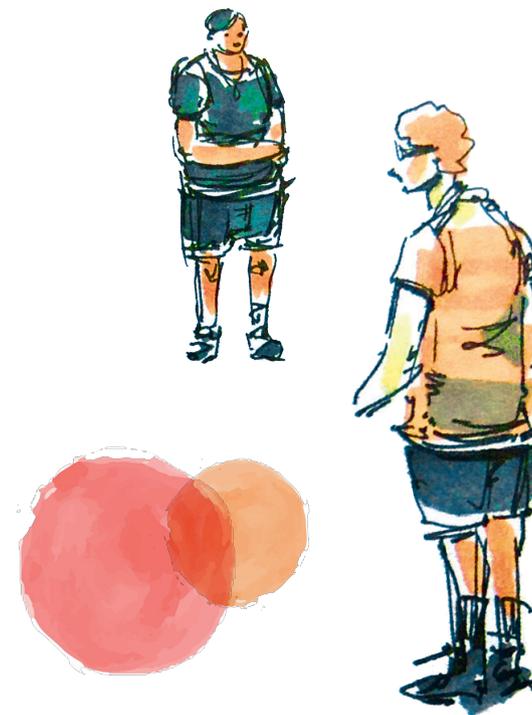
- Chiedere a tutti i partecipanti di alzarsi e formare un cerchio portando le braccia sulle spalle o in vita delle persone vicine.
- Una volta che il cerchio si è formato, chiedere ai partecipanti di farlo dondolare lentamente da un lato e dall'altro.
- Ringraziare per nome le persone che hanno portato il loro tema.
- Offrire un messaggio positivo alla persona il cui tema è stato scelto; congratularsi con lei per aver avuto fiducia nel gruppo e per aver aperto il proprio cuore.
- Suggestire musiche e canti appropriati.
- Chiedere ai partecipanti di esprimere:
 - × cosa si "portano a casa"
 - × cosa hanno imparato attraverso la storia, il tema della serata e le testimonianze ascoltate.

VALUTAZIONE, RIFLESSIONE e LEZIONE tratta dall'incontro

Una volta concluso l'incontro di terapia comunitaria, al gruppo animatore spetta:

- L'ascolto delle persone il cui tema non è stato scelto e, se necessario, fornire l'orientamento promesso.
- La valutazione dell'incontro sulle azioni, riflessioni ecc. che:
 - × facilitano l'apprendimento e l'approfondimento della pratica.
 - × conducono a scoperte personali e professionali.
 - × confermano l'impegno comunitario (accogliere le preoccupazioni del quotidiano in un clima di amore e di rispetto).

Queste valutazioni sono materiale di base per le intervistazioni successive.



Per approfondire...



Guarda il video del
Prof. Adalberto Barreto



Leggi l'articolo
Centro regionale di Documentazione
per la Promozione della Salute
della Regione Piemonte

A., Barreto (2005), "Terapia comunitaria passo a passo",
edizione Fortaleza/Brasil, Grafica LCR,
testo di riferimento in lingua portoghese:
(traduzione in lingua francese: "Thérapie communautaire pas à pas",
a cura di J.P. Boyer, C. Fénéon, e N. Hugon, ediz. AETC)