

KLAUS W. VOPEL

3

**giochi
di
interazione
per
adolescenti
e
giovani**

EDITRICE ELLE DI CI

KLAUS W. VOPEL

**GIOCHI
DI INTERAZIONE
PER ADOLESCENTI
E GIOVANI**

Vol. 3

**DISTACCO DALLA FAMIGLIA D'INFANZIA
AMORE E AMICIZIA
SESSUALITÀ**

EDITRICE ELLE DI CI
10096 LEUMANN (TORINO)

Collana

SUSSIDI DI GRUPPO

Settore: Ragazzi-Adolescenti-Giovani.

A cura del Centro Salesiano Pastorale Giovanile

Via Marsala 42 - 00185 Roma

Titolo originale: Interaktionsspiele für Jugendliche - Teil 3

© 1981 bei Roytrade Ltd. - ISKO PRESS, Hamburg.

Traduzione: Paola Borrelli.

Revisione: Giancarlo De Nicolò.

Disegni: Paolo Di Pietrantonio.

Nella stessa collana:

Alla ricerca. Cammino di gruppo per adolescenti

Come un esodo. Camposcuola vocazionale per preadolescenti

Quattro campiscuola per adolescenti

Tecniche di animazione con gruppi dagli 11 ai 15 anni

Frontiere per gruppi giovanili

Riconciliazione e Pasqua con gruppi giovanili

In gruppo d'estate. Campi estivi per gruppi di preadolescenti

Gruppi giovanili a servizio nella società

Giochi di interazione per adolescenti e giovani (4 vv.)

Manuale per animatori di gruppo. Teoria e prassi dei giochi di interazione

© 1991 Editrice Elle Di Ci - 10096 Leumann (Torino)

Tel. (011) 95.91.091 — Fax (011) 95.74.048 - 95.72.900

ISBN 88-01-12859-2

Presentazione

Domenico Sigalini

DALLA PARTE DELL'ANIMATORE

Il luogo in cui l'animatore più che in ogni altro dispiega la sua funzione è il gruppo. È una aggregazione di ragazzi, di giovani, di adulti che si caratterizza per quattro elementari coordinate: la struttura, la finalità, la dinamica e le relazioni. Spesso crede di avere a che fare con un gruppo, ma si trova davanti solo ad una accozzaglia di persone senza alcuna relazione positiva, che esprimono più le caratteristiche di una massa che l'affiatamento di un gruppo.

È la situazione di tanti gruppi formativi o di catechesi che talvolta assomigliano a delle belle classette scolastiche o a delle compagnie spontanee da bar. In alcuni c'è difetto di relazioni, in altri manca la consapevolezza dell'obiettivo; spesso non si riesce a favorire l'assunzione di ruoli, altre volte invece non c'è un minimo di dinamica costruttiva. Come aiutare le persone a stabilire l'armonia di tutte le coordinate?

Se in un gruppo c'è bisogno di favorire una maggior coscienza delle relazioni interpersonali per portarle ad un livello di positività, basta fare un predicazzo, magari supportato da frasi del Vangelo o da citazioni di profeti?

Per aiutare i ragazzi a chiarire l'obiettivo, il perché del loro incontrarsi, per far scattare energie di fronte ad una meta, l'unica strada possibile è solo quella di passare attraverso ricatti del tipo: «Se non ci state a quanto vi propongo, andate in qualche altro gruppo...»?

Un altro problema è quello, spesso tragico, del proporre dei contenuti. Finché si fanno interazioni, si riflette su quanto ciascuno vive, si analizza il proprio vissuto, si riesce a comunicare, è piacevole stare a parlarsi; ma quando si tratta di proporre dei contenuti, delle verità, degli approfondimenti si deve per forza annoiare o si devono calare in termini «idraulici» tutti gli insegnamenti pur necessari?

Questi e altri problemi pongono l'animatore davanti all'uso di strumenti, tecniche di lavoro di gruppo, spesso chiamati anche giochi di interazione. Hanno del gioco infatti una componente di disponibilità al rischio, un po' di avventura che crea curiosità, l'incognita di una sperimentazione e la gioia di una nuova scoperta.

Il volume che qui presentiamo, e gli altri della stessa serie, sono una miniera di esercizi, di tecniche di vita di gruppo, di giochi di interazione. Farne cogliere in termini corretti il posto che essi hanno nella vita di gruppo non può essere compito di una veloce introduzione. Per questo rimandiamo a trattazioni apposite (cf ad esempio la collana *Animazione dei gruppi giovanili*). Qui si vuole so-

lo incuriosire l'animatore e cominciare a fargli nascere l'idea che fare esercizi di animazione, usare questo volume non è fatto semplicistico o secondario. La sensazione invece che si ha è di tutt'altro tono. «Sono risolti i problemi», direbbe l'animatore sprovveduto. «È finita la creatività», direbbe qualcun altro. «Abbiamo trovato il modo di giocare», potrebbero dire i giovani. Niente di tutto questo, anche perché pure i giochi potrebbero annoiare, pure le tecniche potrebbero complicare la conduzione della vita di gruppo, pure gli esercizi di interazione o di dinamica potrebbero fallire. Vale la pena allora di proporre qualche criterio d'uso di ogni tecnica e in particolare di queste.

Perché?

Per servire l'animazione

Nella vita di un gruppo formativo, non quindi terapeutico, la preoccupazione fondamentale dell'animatore deve essere sempre quella di far crescere le persone attraverso una educazione profonda dell'interiorità, una positiva socializzazione e un continuo rapporto con la cultura del proprio mondo. L'animazione è definita proprio a questo crocevia (cf M. POLLO, *L'animazione culturale dei giovani*, Elle Di Ci 1986). Quando anche solo qualcuna di queste tre attività formative zoppica, non c'è vera animazione.

È necessario allora che tutti gli interventi educativi siano aiutati da esercizi o tecniche perché si riporti al centro lo stile dell'animazione. Lo stile è servito dalla maturità dell'animatore, dalla convergenza della volontà dei giovani o ragazzi, dal clima dell'ambiente, da tanti fattori, ma deve avere sempre attivo, responsabilizzato, consapevole, protagonista ogni membro del gruppo. Se le tecniche servono a questo, sono sempre da utilizzare. Proprio perché l'animatore ha a cuore la voglia di vivere del ragazzo o del giovane si dà da fare per farla esplodere in ogni atto formativo; proprio perché vuole che ciascuno si appassioni alla vita degli altri è instancabile nel creare relazioni, nel favorire la comunicazione, nel canalizzare le energie verso un obiettivo comune. Per far tutto questo spesso servono le tecniche.

Per favorire la comunicazione

Oggi, tra i giovani soprattutto, la comunicazione è tornata ad essere difficile. Si parla anche, ma si copre con un cumulo di parole il proprio volto, anche senza la minima intenzionalità di mascherare. Non si comunica se non dopo vari tentativi o dopo una lunga consuetudine.

Tra i ragazzi spesso la comunicazione è formale, è fatta di cose che non dicono niente a nessuno e tanto meno a chi parla. L'animatore è un mago della comunicazione, ma i maghi si devono attrezzare. Spesso un banale esercizio, caricato di motivi e di finalità, collocato in tempi e modi calibrati, riesce a favorire co-

municazione profonda tra le persone. A questo punto l'animazione è invitata a nozze.

Per stanare le energie necessarie

La conoscenza delle energie dei membri del gruppo passa attraverso una relazione positiva tra le persone. Molti gruppi non mantengono clima, né riescono a produrre, perché le persone si danno per scontate, si sono sempre viste e mai collocate in relazione seria, spesso si sono soltanto difese e non hanno mai messo a disposizione di tutti quello che sono. Servono pazienza e stimoli per far scattare voglia di conoscersi e di confrontarsi.

È evidente però che tutte le tecniche che si usano devono servire una progettualità definita e devono essere sottoposte a verifica costante. In questo senso non si usano esercizi o tecniche per alzare l'indice di gradimento, quando non si sa che cosa fare o manca la voglia di impegnarsi, quando le si propone in maniera dispensiva o per non affrontare mai il problema.

Per far crescere

Sinteticamente potremmo dire che questi esercizi favoriscono lo sviluppo della personalità, ne cambiano gli atteggiamenti, motivano le persone all'apprendimento, liberano spesso da inconsapevoli o coscienti meccanismi di difesa, permettono un rapporto corretto con l'animatore, aiutano a scambiare con tutti e a rischiare.

Sono i classici coefficienti di una crescita in gruppo.

Quando?

Gli esercizi per esempio sono necessari in alcuni momenti fondamentali in cui è importante più un linguaggio evocativo che razionale:

- quando si tratta di creare convergenza di interessi e chiarezza su una esperienza della vita. Non tutti sono motivati alla stessa maniera di fronte alla vita. Eppure spesso l'animatore scambia la voglia di stare assieme con l'intenzione di camminare verso la stessa direzione. È lavoro paziente di ricerca quello di far crescere un obiettivo comune;
- quando si deve scavare in termini coinvolgenti nel vissuto quotidiano. Esperienza educativa non è il fare, ma agire, riflettere sulle azioni e raccontare e lanciare messaggi attraverso ciò che si vive;
- quando si deve creare un campo di significati comune. Si parla spesso usando tutti la stessa parola, senza accorgersi che ciascuno le attribuisce un valore e un significato diversi. Allora non ci si intende più, non c'è un denominatore comune;
- quando si deve chiarire dove sta il problema o dove vuol giungere una proposta;
- quando si vuol arrivare alla risposta a domande profonde per le quali non solo occorre interrogare tutta la saggezza umana, ma saper cercare oltre nell'indici-

bile, in quella percezione di assoluto che sta in ciascuno e che non viene spontaneamente messa a disposizione di tutti se non in maniera del tutto formale. Non guastano neanche esercizi che aiutano l'apprendimento, la codificazione dei messaggi o, soprattutto, la transcodificazione, cioè la capacità di riesprimere in altri linguaggi quanto è diventato conquista comune.

Come?

Esistono almeno tre elementi necessari che traducono una corretta modalità di utilizzo di tecniche.

La sicurezza dell'animatore

L'animatore deve essere convinto di quello che fa, caricarlo del suo entusiasmo e della sua forza convincente. Deve saper vincere le tipiche resistenze di chi non vuol essere coinvolto in prima persona e sta solo a parlare o a prendere appunti. Se l'animatore non dimostra sicurezza fa mancare la forza di decidersi. La sicurezza è fatta anche di preparazione degli strumenti necessari, di conoscenza possibilmente esperienziale della tecnica, di previsione delle principali reazioni o modalità con cui si può svolgere. È spesso necessario che l'animatore abbia di fatto già sperimentato sulla sua pelle, da partecipante, l'esercizio che propone, in maniera da poter fare riferimento a un suo vissuto, alle sue reazioni, alle sue difficoltà. È ridicolo l'animatore che propone un esercizio leggendo dal libro come la massaia quando tenta di realizzare una nuova ricetta di cucina. Talvolta questo capita anche nelle migliori «famiglie».

La sicurezza dell'animatore viene anche da un modo corretto di proporre gli esercizi. Essi esigono questa sequenza minimale:

- una conoscenza precisa dei destinatari: è frutto di una consuetudine appassionata;
- una presentazione che sa motivare e rassicurare di fronte ad ansia ed eccessiva preoccupazione: questo è vero soprattutto con adulti, non abituati a interazioni coinvolgenti;
- una corretta esecuzione dell'esercizio o tecnica, secondo uno schema chiaro e accessibile a tutti: di qui l'importanza della chiarezza delle informazioni e della sicurezza della conoscenza;
- un serio approfondimento e scambio dei risultati ottenuti. Ma questo merita una considerazione apposita.

La verbalizzazione

Non sempre, ma spesso, l'esercizio è di feeling, corporeo o di interazione mimica o gestuale. Soprattutto in questi casi, ma anche negli altri, è necessaria la verbalizzazione, quel momento cioè in cui ciascuno, dopo aver riflettuto su ciò che ha fatto o vissuto, dice a tutti come si è sentito, come ha percepito gli altri, che cosa ha provato, quali reazioni ha dovuto controllare... Un esercizio,

soprattutto di dinamica, senza verbalizzazione, oltre che bruciare grandi occasioni di crescita in un gioco-perditempo, può anche creare frustrazioni e disaffezione alla ricerca.

La finalizzazione

Ogni esercizio ha un suo obiettivo: questo deve essere inserito nell'obiettivo del gruppo, che a sua volta deve favorire lo svolgersi dell'itinerario di crescita. L'animatore esperto può anche piegare gli esercizi ai suoi obiettivi, deve però trasformarli, adattarli, non prima di averli ben calibrati. Può diventare così creatore di nuovi strumenti. Gli esercizi vanno sempre riscritti per i destinatari concreti, anche se è facile stravolgerli.

A questo riguardo bisogna mettersi in guardia da una mentalità molto diffusa che è questa: l'animatore ha dei contenuti chiari, fin troppo talora, da proporre; non vuol fare prediche, e allora inventa una serie di esercizi da usare come indovinello per far arrivare le persone a una meta che viene svelata solo alla fine. L'animazione di un gruppo non è una caccia al tesoro. Altro è il linguaggio o l'affrontare il problema così da scavare a fondo nella vita delle persone, altro è far morire una ricerca cosciente e responsabile o turlupinarle per stroncare la loro resistenza.

DALLA PARTE DEL GRUPPO

L'animatore ha fatto corsi di preparazione «eccezionali», ha sognato adolescenti da aiutare, se li è portati in cuore in ogni momento della sua preparazione, ha già attribuito loro pregi e difetti, li ha mentalmente collocati nei casi affrontati in «vitra». Finalmente entra in opera. Ora è investito ufficialmente della parte. Ma loro come lo prendono? Che cosa veramente vogliono? Perché spunta sempre loro in bocca quel «boh!?» intraducibile ma preciso e ripetuto dalla Svezia alla Sicilia, con pronunce più o meno equivalenti? Che bisogni e interessi hanno? Che proposte riescono a cogliere?

Si snoda tutta la gamma di giochi di interazione che partono da una lettura appassionata della loro vita e con quel tanto di oggettività che è possibile attribuirvi per le caratteristiche evolutive degli uomini più o meno marcate a seconda delle latitudini e delle culture.

Dove mi colloco? Dove sono capitato? L'adolescente si appassiona ed entusiasma quando qualcuno lo aiuta a capire che cosa gli capita. Si direbbe che va al gruppo apposta.

Esistono dei dati oggettivi esterni alla sua vita, ai suoi stessi bisogni immediati che gli interessano.

Il *primo volume* aiuta soprattutto questa collocazione e ha un grande pregio: mette a disposizione alcuni giochi di interazione esplicitamente per i lavoratori. Potrebbe suonare come invito esplicito alla comunità per interessarsi esplicitamente degli adolescenti lavoratori.

Purtroppo in questi anni la vita di gruppo è stata scritta e aiutata a caratterizzarsi solo per studenti. Occorrerà però fare attenzione a non renderli ancora una volta impraticabili soprattutto nella verbalizzazione.

Lo stesso mondo scolastico va fatto risuonare nella vita di gruppo. Talora i nostri gruppi, pure di studenti, prescindono sempre dall'ambiente scuola nelle varie tappe educative.

Il mondo dei valori è ancora un allargare la visione nell'adolescente e metterlo a confronto con il mondo che lo precede e lo plasma.

Il *secondo volume* si preoccupa maggiormente dell'interiorità, delle risonanze personali e soprattutto della iniziale capacità di sintesi.

L'identità è il punto di arrivo di un lungo cammino percorso su sentieri di guerra, eternamente più avanti di quanto si vive. È importante però fissare almeno la direzione del cammino.

A questo servono le proprie capacità e pregi, come energie indispensabili per colmare le lacune lasciate dalle domande della vita.

Il *terzo volume* affronta con coraggio un'altra area importante della vita dell'adolescente: l'affettività.

Inizia con il distacco dai genitori, che in questi anni è sempre più difficile per una certa comodità degli adolescenti e una incapacità di maturare dei genitori. Si dilata nell'esperienza dell'amicizia in cui l'adolescente sperimenta ricerca, egoismo, dialogo e capacità di dono.

Diventa ancora più concreto quando si vuol educare la sessualità ad essere espressione alta di affettività, di relazione positiva.

Molti animatori trascurano o trovano scomodo tale tema, ma bisogna affrontarlo seriamente.

Avere alcuni giochi di interazione calibrati non guasta.

Infine, il *quarto volume* spinge l'adolescente a programmare la sua vita.

La progettualità non abita proprio di casa nella vita dell'adolescente, più attento e disperso nei particolari, se non forse per una crescente interiorità che lentamente crea sintesi di tutto.

Deve imparare da solo a valutare, affrontare e risolvere i problemi della sua vita, diventare indipendente.

Spesso purtroppo l'animatore crea legami, invischia e chiude in seni materni caldi e confortanti.

E infine si può proporre all'adolescente di ritenere necessari gli altri per la propria crescita non solo perché scambia amicizia, dà e riceve gioia di stare assieme, ma anche perché sa collaborare, partecipare, costruire novità e gioia per tutti.

I quattro volumi si mettono a disposizione di un itinerario ideale, ma sono solo e soprattutto esercizi. Esigono quindi di essere incastonati con criterio in veri e liberi itinerari formativi, dove obiettivi, contenuti e proposte necessarie vengono a costituire la struttura portante del cammino di crescita.

Introduzione

Dopo essermi interessato dei problemi di comunicazione nel primo anno di scuola e dell'interazione tra bambini, ecco qui un'intera serie di giochi di interazione per adolescenti.

Mentre nell'introduzione ai libri precedenti ho offerto indicazioni circa alcuni aspetti di psicologia dell'apprendimento racchiusi nei giochi di interazione e circa il lavoro concreto con i giochi stessi, vorrei ora seguire un'altra via.

Proprio perché molto spesso si creano dei malintesi e delle tensioni tra adulti e adolescenti, ho ritenuto opportuno inserire qui alcuni suggerimenti riguardo importanti temi di psicologia dello sviluppo dell'adolescenza. Queste indicazioni potranno aiutare a capire meglio i ragazzi con i quali si fanno i giochi.

I campi di indagine possono inoltre essere commentati brevemente con questa domanda: quali importanti obblighi e possibilità emergono qui per gli adolescenti? L'accentuazione di aspetti psicologici dello sviluppo deriva da un mio interesse personale di osservare la vita in modo rigorosamente storico, come un insieme di specifiche fasi, ciascuna con propri caratteristici compiti.

Nel lavoro pratico con gruppi di tutte le età, ho inoltre osservato di poter aiutare molto più efficacemente il singolo partecipante nel momento in cui scopro insieme a lui quali temi e quali compiti sono alla base della sua attuale posizione all'interno del ciclo della vita.

L'adolescenza, una fase di passaggio

Uno schema di sviluppo relativamente semplice e plausibile del ciclo di vita dell'uomo si articola in tre parti. Secondo questo schema, noi mutiamo per la prima volta il nostro stato biologico e sociale quando passiamo dalla fase di lattante alla vera e propria infanzia; poi quando da bambini diventiamo adulti; ed infine quando da adulti entriamo nella vecchiaia.

Ogni fase di passaggio porta con sé delle difficoltà. Siamo tristi perché perdiamo una parte delle conquiste della vita trascorsa; non siamo certi di essere all'altezza delle esigenze della nuova fase di vita, né di poter imparare tutto ciò che ci serve per affrontare le nuove situazioni.

In ogni fase di passaggio viviamo un conflitto interiore tra gli impulsi esterni ed interni verso lo sviluppo e il nostro desiderio di restare tra le cose conosciute e vecchie. Se lo status verso cui tendiamo non corrisponde alla nostra reale condizione, sentiamo che la nostra autostima viene ad essere minacciata.

Per i bambini la paura del passaggio è particolarmente terrificante, perché essi

nell'adolescenza iniziano per la prima volta coscientemente a scoprire e a definire l'intero potenziale del loro proprio Io, senza poter rifarsi ad un Io già conosciuto, sicuro e sperimentato, cosa che può fare invece in periodi di crisi l'adulto. In particolare per gli adolescenti è particolarmente serio il non poter più derivare il loro sentimento di autostima anzitutto dal fatto di essere figli di genitori «più adulti e quindi più competenti». Essi devono cercare di guadagnarsi un loro proprio status quali persone autonome. Devono elaborare e accettare il fatto che lo stato di transizione che vive l'adolescente è meno sicuro e piacevole — a livello d'esperienza — di quello del bambino. Essi, cioè, non partecipano più in modo così illimitato al prestigio sociale dei genitori, e non sono sicuri se ce la faranno veramente un giorno, da adulti, a padroneggiare la loro vita. Nessun adolescente ha inoltre l'oggettiva sicurezza e la garanzia di poter un giorno godere dei benefici dello status di adulto.

La paura che ne deriva viene vissuta spesso dall'adolescente in modo spiacevole; d'altro canto essa può servire da stimolo per continuare a percorrere il faticoso cammino di un lungo periodo di sviluppo.

Il dilemma della situazione di passaggio dell'adolescente può essere espresso in questo modo: egli mira in primo luogo a diventare un adulto e solo in secondo luogo ad essere un adolescente.

Di fronte al proprio Io, l'adolescente si ritrova i seguenti compiti:

1. Deve sviluppare una maggiore autonomia della propria volontà.

Questo significa che l'adolescente deve imparare a programmare e a prendere decisioni da solo; deve mettere alla prova e ampliare le proprie rappresentazioni dei valori, e porle in relazione alle importanti mete della vita; deve trovare oltre ai genitori nuove fonti di riconoscimento personale e professionale, per esempio nei coetanei, negli educatori e negli insegnanti; deve prefiggersi mete realistiche nello studio e nel lavoro; deve imparare a sopportare meglio le frustrazioni e ad accettare le molte contraddizioni della propria condizione di vita; deve infine poter giudicare ed apprezzare se stesso e rinunciare alla particolare indulgenza concessa ai bambini.

2. Deve essere pronto a diventare passo dopo passo un adulto, e a sviluppare fiducia in se stesso sulla base della crescente considerazione del proprio potenziale.

3. Deve imparare a prefiggersi mete di vita e di lavoro a lunga scadenza.

4. Deve agire autonomamente sulla base dei propri giudizi e della propria responsabilità morale.

Questi compiti vengono presi in considerazione più o meno volentieri, ed è senza dubbio positivo quando noi adulti offriamo aiuto e disponibilità. Un buon punto di contatto è il crescente interesse negli adolescenti per il proprio Io e per i propri sentimenti.

L'adolescenza non è, quindi, solo una crisi di sviluppo; essa è, insieme, un tempo di rivalutazione dell'Io. Vecchi temi della prima infanzia ora riemergono in

una luce nuova, specialmente quello della dipendenza e dell'autonomia, dell'auto-affermazione e della sottomissione, dell'eroticismo e della sessualità.

È importante che gli adulti che lavorano con adolescenti abbiano chiaro che i processi di sviluppo di questi ultimi non avvengono da soli, ma che sono necessarie specifiche richieste di persone importanti, con cui essi hanno relazioni, e del contesto culturale. Il loro denominatore comune suona pressappoco: «Impara ad accettare il fatto che sei responsabile di te stesso e che dovrai un giorno nutrirti della tua stessa forza. Sviluppa tutte le tue inclinazioni verso questa meta».

L'adolescente per rispondere a questa esigenza culturale deve «sminuire» il valore dei genitori e allentare i legami della fedeltà interiore.

Egli riceve nuovi punti di orientamento dalla scuola, dai compagni di scuola e dagli insegnanti, dai coetanei con i quali si incontra nel suo tempo libero e attraverso l'identificazione con modelli non familiari.

Qui può accingersi a verificare le norme trasmesse dai genitori, a mettere alla prova la loro utilità, ed eventualmente a rifiutarle, variarle o completarle.

Per questo motivo i giochi di interazione possono servire in maniera straordinaria lo sviluppo degli adolescenti: nel momento in cui importanti temi di vita vengono alla luce nel gruppo dei coetanei e vengono espresse differenti esperienze, rappresentazioni e fini, l'adolescente ha molteplici occasioni di confronto della propria situazione con quella degli altri. Egli non ha più soltanto a disposizione i modi di pensare e le tradizioni familiari, ma può chiedersi: Che cosa è ancora possibile di diverso? Che cosa vale davvero nella vita? Che cosa voglio e che cosa posso veramente?

Distacco dalla famiglia d'infanzia

Uno dei momenti più importanti nella vita di un adolescente è il distacco dai genitori. Il primo passo in questo senso viene fatto in età scolare; il secondo durante la pubertà, tra i 13 e i 18 anni circa; il terzo nel passaggio dalla giovinezza all'età adulta.

Perché questo avvenga, è necessario che diminuisca il prestigio dei genitori. Il ragazzo comincia così a idealizzare altre persone adulte e a considerare sempre più importante l'opinione dei propri coetanei.

Gli adolescenti scoprono lentamente che i loro genitori si sono basati, nella loro vita, su una quantità di valori, obiettivi e stili, ristretta rispetto a quanto offre la cultura contemporanea, e che ci sono dunque altri modi di plasmare la propria vita. Essi guardano con maggior distacco le abitudini, i comportamenti e le regole della famiglia d'infanzia, sulla base di informazioni acquisite al di fuori della famiglia stessa, mettendo a confronto tradizioni familiari ed esperienze esterne.

I genitori inoltre, in questo periodo dell'adolescenza, privano i figli di quel sostegno morale così abbondante negli anni dell'infanzia, pretendendo però da loro

risultati eccellenti nello studio e nel lavoro, e l'addossamento di tutte le responsabilità connesse alla loro crescita: tutto ciò crea non pochi problemi ai ragazzi. D'altra parte, molti genitori fanno capire di voler accettare solo in parte eventuali decisioni dei figli e di voler continuare a esercitare su di loro, in molte circostanze, l'autorità di sempre. Da ciò deriva una situazione psicologica alquanto complessa per i ragazzi, che percepiscono una maggiore pressione da parte dei genitori e l'invito a divenire adulti ma, contemporaneamente, un avvertimento in contraddizione con tutto ciò: «Non sei ancora abbastanza grande, per cui farai quello che io, in quanto genitore, ti dirò di fare».

E difficile trovare genitori in grado di rinunciare a pretese così contraddittorie nei riguardi dei propri figli. Quanto più ferme risultano queste pretese e quanto più scarsa è la forza interiore del ragazzo, tanto maggiore è il rischio che questi si senta un fallito. Alcuni ragazzi reagiscono a tutto ciò diventando apatici, altri diventano aggressivi, altri ancora si allontanano dalla famiglia, sia in senso concreto che in senso figurato.

Per i ragazzi è importante capire anche la difficile situazione dei genitori. Questi infatti si rendono conto di essere tenuti in minore considerazione, di aver superato, man mano che i figli sono diventati più grandi, l'apice del proprio ciclo vitale e, in molti casi, di cominciarne il lento declino.

Contemporaneamente in molti genitori, a metà della loro vita, si ripetono alcuni dei conflitti dell'infanzia. In questa situazione così difficile psicologicamente, molti genitori hanno paura, non rendendosi conto della necessità di prendere nuove decisioni, di decidere come continuare a vivere e a quali valori far riferimento in questa seconda parte della propria esistenza. Sono invidiosi della vitalità dei loro figli e delle innumerevoli possibilità che essi avranno in futuro, e si rattristano al pensiero che i figli un giorno se ne andranno, lasciandoli soli nella casa dove, in passato, si riuniva tutta la famiglia.

Genitori che, in una simile situazione, non sono in grado di ammettere neanche a se stessi la propria ambivalenza interiore, tendono a instaurare rapporti conflittuali con i figli. Si immischiano nei loro affari quando non devono, li tengono sotto la propria tutela, diventano estremamente apprensivi o cessano di manifestare i propri sentimenti, negando quegli elogi e quell'affetto così necessari per il corretto sviluppo dei ragazzi.

Affinché gli adolescenti possano capire meglio come mai i genitori sono freddi, aggressivi o distaccati, è stata messa a punto una serie di esercizi atti a sottolineare il loro stato interiore. Un adolescente in grado di capire, almeno in linea di massima, la dinamica psicologica dei propri genitori, più difficilmente si sentirà colpevole quando, pian piano, si allontanerà dalla casa paterna. Nello stesso tempo, egli saprà affrontare in modo più responsabile le legittime pretese avanzate dai genitori. È per questo che argomento centrale di alcuni esercizi è il rapporto tra genitori e figli.

Amore e amicizia

Il nostro modo di intendere l'amore e l'amicizia cambia decisamente nel corso delle diverse fasi della nostra vita.

Ecco l'immagine che di questo cambiamento dà E. Shostrom.

Fino ai sei anni predomina, in modo particolare nel rapporto tra madre e figlio, un tipo d'amore eroticamente sessuale, nel quale assume particolare importanza il contatto fisico. Il bambino scopre spontaneamente i propri sentimenti d'amore e di rabbia. Gli risulta difficile esprimere il proprio desiderio di libertà, in quanto la sua dipendenza dai genitori è ancora fortissima.

Dal settimo al dodicesimo anno si sviluppa nel bambino la capacità di immedesimarsi in altre persone. Compagni di giochi e altre persone adulte acquistano maggiore importanza. Il bambino desidera l'indipendenza e lentamente penetra nei diversi ruoli che la vita gli assegna (scolaro, compagno di giochi, amico, ragazzo/a, ecc.). La sua capacità di amare si rivela unitamente alla capacità di capire i sentimenti e gli interessi degli altri. Per le sue esperienze ha, adesso, più importanza la dicotomia forza-debolezza che non la dimensione amore-rabbia. Con l'acquisizione del concetto di individualità, cresce anche la sua disponibilità a riconoscere la personalità degli altri.

Dal tredicesimo al ventunesimo anno predomina il sentimento d'amicizia nei confronti degli altri, che permette all'adolescente di sviluppare ulteriormente la propria identità. L'amicizia viene caratterizzata da un più o meno incondizionato riconoscimento della figura del partner, le cui capacità e il cui valore acquistano una notevole importanza.

Lentamente, l'adolescente impara a instaurare rapporti con persone appartenenti all'altro sesso, sapendo di poter contemporaneamente amare e odiare la stessa persona e di essere, nell'ambito del rapporto, a volte forte e a volte debole. Questo periodo si può considerare, in un certo senso, come una combinazione dei due precedenti. Lo stesso vale per il problema della libertà: l'adolescente impara per la prima volta cosa significhi essere interdipendenti, ossia essere autonomi e, contemporaneamente, far parte di una società.

Fino al trentacinquesimo anno poi l'amore è caratterizzato da un'ulteriore dimensione: l'interesse per il benessere del partner. La più grossa opportunità che si ha per esprimere questo interesse è data da un eventuale rapporto duraturo con una persona dell'altro sesso, durante il quale la propria individualità viene capita fino in fondo e apprezzata.

Nella seconda fase della vita di un uomo, l'amore aumenta ulteriormente, ma sotto forma di rispetto e comprensione per l'altro. Punto di partenza di questo cambiamento è la crisi del senso del vivere: ci si rende conto infatti di quanto siano diminuiti ormai il tempo che resta da vivere, la vitalità fisica, le occasioni a livello professionale, ecc. Questa consapevolezza porta, nel migliore dei casi, ad accettare senza riserve la personalità del partner, facendo di quest'ultimo il centro della propria vita, senza troncargli il rapporto e senza dominare o sfruttare l'altra persona.

Dopo il sessantesimo anno viene fuori un'ultima, possibile dimensione dell'amore, questa volta sotto forma di saggezza e comprensione. Il partner viene capito e apprezzato fino in fondo. Scompaiono quasi completamente idee illusorie sugli altri.

Gli esercizi presentati danno modo all'adolescente di esaminare l'atteggiamento che egli ha acquisito nella famiglia nei confronti dell'amore e dell'amicizia, aiutandolo ad applicare concretamente il ritmo del dare e dell'avere. Inoltre il ragazzo ha modo di capire che cosa egli si aspetti dall'amore e dall'amicizia e quali conseguenze lo attendano.

Sessualità

Gli esercizi proposti si concentrano soprattutto sull'esame dei diversi ruoli sessuali che l'uomo e la donna hanno. L'adolescente può pertanto rendersi conto di come si sia sviluppata la sua stessa identità sessuale, in che modo abbiano influito sulla sua identità di uomo/donna gli insegnamenti dei genitori e a quali conseguenze egli vada incontro.

Altri esercizi permettono un aperto scambio di opinioni tra coetanei, e aiutano i ragazzi e le ragazze a scoprire cosa l'altro si aspetti da loro o di cosa abbia invece paura.

Gli ultimi esercizi legano il tema dei ruoli sessuali a quello dei valori, prendendo in esame i temi dell'amore e del potere, dell'amore e della responsabilità.

DISTACCO DALLA FAMIGLIA D'INFANZIA

PARTECIPANTI **14**

TEMPO **90**

MATERIA

Cura da design, Milano

(Vopel)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco gli adolescenti potranno fare un inventario di tutte le persone importanti della loro famiglia.

La maggior parte dei ragazzi vive, oggi, in famiglie poco numerose, nelle quali sono rappresentate fondamentalmente due generazioni. Nell'ambito di questi nuclei familiari viene data perlopiù scarsa importanza ai rapporti con le generazioni più anziane e con i parenti più lontani.

Per questo motivo è possibile allora che, pensando alla propria famiglia, il ragazzo non vada oltre la figura dei genitori o dei nonni.

In questo modo si limita notevolmente l'immagine che il giovane ha della propria famiglia — e dunque di se stesso — poiché, per poter scoprire quali sono i temi, i valori, i limiti e i miti della famiglia, occorre sviluppare una prospettiva più ampia e più profonda.

Lo scopo del gioco è proprio quello di avviare a questa analisi articolata, poiché tutti noi, a volte, siamo notevolmente influenzati da abitudini familiari di cui non è facile rendersi subito conto. Solo nel momento in cui appare chiaro questo rapporto di continuità, si riduce la misteriosa forza di certe inconscie eredità interiori. Ciò è importante soprattutto nel caso in cui si sentano affermazioni svalutative del tipo: «Noi Rossi non siamo mai stati apprezzati dagli altri. Ci siamo dovuti stringere gli uni agli altri per poter sopravvivere».



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 60
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli.



Vi invito a riflettere su quelle che ritenete siano persone importanti nella vostra famiglia, persone cioè che abbiano contribuito a creare l'atmosfera particolare che regna in essa.

Spesso, parlando della famiglia, pensiamo solo a genitori e fratelli, e ignoriamo che la famiglia è molto più grande. Ne fanno parte, infatti, anche zii e cugini, nonni e, naturalmente, tutti i parenti acquisiti.

Perché sono importanti tutte queste persone?

Esse possono avervi trasmesso e «lasciato in eredità» qualcosa di più determinante dei capelli biondi o degli occhi castani, vale a dire un determinato modo di vedere la vita e una determinata concezione delle possibilità e dei compiti che i membri della famiglia hanno. Spesso questa «eredità spirituale» non è facile da individuare, per cui è necessario guardarsi intorno per poterla scoprire, almeno in parte.

Fate un disegno che ritragga tutti i componenti della vostra famiglia che vi vengono in mente, vivi e morti, sia da parte di vostro padre che di vostra madre. Dividete il foglio a metà e ritraete, in una, tutti i componenti della famiglia di vostro padre e nell'altra quelli della famiglia di vostra madre. Non dimenticate di ritrarre voi stessi al centro del foglio.

Per ogni persona disegnatte una figura, per esempio un triangolo, un rettangolo, un cerchio, un poligono o una qualunque superficie irregolare. Analizzando la grandezza delle figure e la loro forma, potete dire che cosa rappresentano per voi e, analizzando la differenza tra le varie figure, spiegare cosa hanno a che fare l'una con l'altra.

Fatto ciò, scrivete accanto a ogni figura il nome del parente a cui la associate. Avete a disposizione 15 minuti di tempo...

Ora scrivete, possibilmente per ogni persona, una annotazione, nella quale direte come questa persona vede la vita e cioè ciò che più conta per lei, ciò di cui le importa veramente. Per far ciò avete altri 15 minuti di tempo...

Ora osservate il vostro disegno e provate a dare un titolo adatto a ognuna delle due parti... (5 minuti).

Riuscite a trovare anche un titolo per l'intero disegno?... (5 minuti).

Dividetevi ora in gruppi di quattro persone...

Ciascuno di voi mostri agli altri tre componenti del gruppo il proprio disegno e parli soprattutto di quei familiari che egli stesso ritenga, al momento, particolarmente importanti. Avete a disposizione, in tutto, 20 minuti...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

(Successivamente, lasciare che ognuno dei partecipanti, a turno, dica quante persone gli sono venute in mente della famiglia del padre e di quella della madre).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto questo gioco?
- Che titoli ho trovato?
- Sono riuscito a trovare anche un titolo generale?
- Nella mia famiglia si parla spesso degli altri parenti?
- Che rapporto c'è tra la famiglia di mio padre e quella di mia madre?
- Che cosa mi piace di ciò che ho «ereditato»? Che cosa mi piace di meno?
- Quali tradizioni sono importanti nella mia famiglia?
- Perché si ha bisogno di una famiglia?
- Che aspetto avrebbe una società in cui tutti i bambini crescessero in una sorta di collegio, separati dai loro genitori?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Invitate i partecipanti a chiedere ad alcuni dei loro familiari che visione hanno della vita e quali sono gli obiettivi che si prefiggono.

Per l'animatore

In genere dalle persone con cui si intrattengono rapporti significativi si elaborano delle percezioni, delle immagini interiori che si basano su aspetti o caratteristiche che a livello soggettivo vengono ritenute più importanti o più pregnanti per descrivere o identificare queste persone. Così, nel momento in cui si associa una figura geometrica ad ognuno dei parenti, si può arrivare a cogliere l'aspetto o la caratteristica prevalente che al livello soggettivo viene attribuita alle diverse persone. Dando spazio alla fantasia le varie figure possono rivelare squilibrio o equilibrio, apertura o chiusura, complessità o semplicità, rigidità o flessibilità... Inoltre la disposizione e le dimensioni delle diverse figure a cui vengono associati i familiari permettono per ognuno di capire l'importanza o il grado di valorizzazione che hanno per la persona che fa l'esercizio.

(Le integrazioni «Per l'animatore» che compaiono in questo volume, sono state curate da Vincenzo Lucarini.)

(da Malamud)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco gli adolescenti, sulla base dei luoghi comuni, proverbi e modi di dire in uso nella loro famiglia, possono individuare le principali posizioni e i valori dei suoi diversi componenti, e capire quali conseguenze abbiano «sentenze» così drastiche.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 50
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Questo gioco è imperniato sull'analisi dei luoghi comuni, frasi fatte o proverbi usati nella vostra famiglia. Essi la dicono lunga su come si vede la vita, cosa si può aspettare, cosa si deve e cosa non si deve fare, ecc.

Scrivete tutte le espressioni più usate nella vostra famiglia, i proverbi, gli slogan, i consigli, i rimproveri e gli ammonimenti, come ad esempio: «Chi non semina non raccoglie - Le bugie hanno le gambe corte - Il tempo è denaro - Cosa penserà la gente? - Finché vivrai sotto il mio stesso tetto, farai quello che dico io», ecc.

Chiudete gli occhi un momento e pensate alle espressioni più ricorrenti e a chi solitamente ne fa uso... (1 minuto).

Ora scrivete cosa vi è venuto in mente e, accanto a ogni detto, indicate la

persona che lo ripete più spesso. Per far ciò avete a disposizione 10 minuti... Osservate la vostra lista e scegliete il detto che vi tocca di più emotivamente, che cioè vi rallegra o vi irrita in modo particolare... Riscrivete questo detto in stampatello... Considerate poi, per un attimo, quale vantaggio può avere la persona che lo prenda sul serio e agisca conformemente ad esso. Scrivete cosa vi viene in mente a questo proposito. Avete 3 minuti di tempo... Adesso pensate un attimo al prezzo che deve pagare questa stessa persona. A quali rischi e inconvenienti si potrebbe andare incontro? Scrivete quello che vi viene in mente. Avete altri 3 minuti di tempo... Dividetevi ora in gruppi di quattro persone... Ciascuno dica agli altri quali detti gli sono venuti in mente e quale di essi lo tocca in modo particolare. Analizzate poi, insieme, altri quattro detti e trovatene i pro e i contro. Scrivete questi complessivi otto detti su un grosso foglio di carta... Fatto ciò, provate a trovarne uno dal contenuto incoraggiante e piacevole... Per questo lavoro avete a disposizione, in tutto, 30 minuti... Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto questo gioco?
- Quali espressioni in uso nella mia famiglia trovo utili? Quali alquanto discutibili?
- Di quali espressioni faccio uso io stesso?
- Mi è stato facile individuare pro e contro dei detti familiari?
- Come si conciliano le espressioni di mamma e quelle di papà? Rivelano una medesima mentalità? Si contraddicono a vicenda?
- Che cosa ho appreso da questi detti?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Malamud)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco gli adolescenti possono venire a conoscenza di alcune dimensioni dei rapporti familiari, esaminarle relativamente alla propria famiglia e, parlando con altri partecipanti, scoprire quali altre situazioni sono ancora possibili.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 70
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli.

ISTRUZIONI



Vi invito a soffermarvi sulla vostra famiglia e particolarmente sulle relazioni familiari.

Per prima cosa fate un disegno della vostra famiglia, di quelle persone cioè, che compongono il vostro nucleo familiare (dunque genitori, fratelli e sorelle) ed eventualmente di altri familiari che vivono a casa vostra.

Potete fare un disegno che ritragga l'intera famiglia, proprio come in una fotografia. Potete disegnare i vostri familiari mentre sono al lavoro o come volete voi. Avete 15 minuti di tempo...

Ora lasciate i disegni ai vostri posti e dividetevi in gruppi di quattro persone... Pensate a domande importanti che potete porre per capire di più la vostra o, meglio ancora, una qualunque famiglia. A cosa vale la pena pre-

stare attenzione quando si esamina una famiglia e si vuole capire che atmosfera regna in essa? Una domanda importante, ad esempio, potrebbe essere: «Quali membri di una famiglia sono particolarmente vicini gli uni agli altri?». In molte famiglie il rapporto emotivo tra i vari membri non è sempre uguale. Qualche volta i genitori sono uniti tra loro, e così anche i figli. In altre famiglie la mamma è molto vicina ai figli, per cui è notevole il distacco del padre dagli altri componenti della famiglia.

Pensate ad alcune domande importanti con cui si possa analizzare una famiglia. Poi scrivete queste domande su un grosso foglio di carta. Avete 10 minuti di tempo...

Ora rifate un cerchio unico...

I singoli gruppi dicano brevemente quali domande hanno trovato... A questo punto avete raccolto una serie di domande che dovrete tenere a mente mentre girerete guardando i disegni degli altri. Può darsi che i disegni forniscano una risposta ad alcune domande per la natura dell'illustrazione, la scelta del colore, la grandezza delle figure, la distanza che c'è tra loro, ecc. Ognuno lasci al proprio posto il disegno e un foglio bianco su cui gli altri partecipanti possano annotare eventuali osservazioni sul disegno stesso. Essi potrebbero scrivere: «Penso che la madre sia molto lontana dal padre. Forse non c'è una buona intesa tra loro». Oppure, più semplicemente: «La sorellina ha un aspetto triste», oppure: «Nella tal situazione vorrei essere anch'io un bambino». Scrivete il vostro nome sotto l'osservazione da voi fatta. Formulate le osservazioni in modo che le vostre conclusioni siano delle supposizioni e non dei dati di fatto. Avete 15 minuti di tempo per girare e fare annotazioni dove volete...

Ora tornate al vostro posto e leggete le annotazioni che gli altri hanno fatto al vostro disegno... (5 min.)

Dividetevi nuovamente in gruppi di quattro e scambiatevi le opinioni... Alcuni spunti utili per la vostra conversazione possono essere: Quale delle annotazioni trovate giusta? - Secondo voi, a quale delle domande elaborate in precedenza fornisce una risposta il vostro disegno? - Come descrivereste la particolarità della vostra famiglia?... Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho appreso qualcosa di nuovo?
- Mi è facile prendere in esame la mia famiglia e quella di altri?

- Quali commenti non ho capito?
- Qual è stata la fase del gioco che mi ha impegnato di più?
- Che posto ho all'interno della mia famiglia?
- A chi vorrei essere più vicino? Da chi vorrei allontanarmi di più?
- Nell'ambito della mia famiglia vigono regole che vorrei cambiare?
- Come mi sento adesso?
- Che cosa vorrei dire ancora?





Si lasci che i ragazzi più grandi continuino a elaborare le conclusioni raggiunte, facendo loro scrivere, su una o due pagine al massimo, una breve nota psicologica sulla loro famiglia.

Inoltre ogni partecipante può immaginare che al gioco assista (senza essere visto) un esperto ricercatore sulla famiglia che ora, sulla base del disegno, dei commenti e delle dichiarazioni del ragazzo stesso, esprime la propria impressione.

Per l'animatore

La percezione che si ha a proposito dei rapporti che intercorrono tra i diversi membri di una famiglia può essere resa consapevole nel momento in cui ci si accinge a raffigurare la famiglia stessa su un foglio. Il disegno della propria famiglia permette di evocare e quindi raccogliere informazioni significative proprio a livello delle relazioni interpersonali. Innanzitutto, la disposizione con cui vengono disegnate le diverse figure permette di capire quali sono le persone centrali e quelle marginali (le prime vengono disegnate nella zona più centrale mentre le seconde più verso i margini del foglio); in secondo luogo, il grado di vicinanza e le distanze tra i diversi membri fanno emergere le coalizioni esistenti all'interno della famiglia e le parti in conflitto; in ultimo, la ricchezza di particolari o al contrario l'austerità con cui vengono disegnate le diverse persone ci fanno capire verso quali persone c'è un maggiore investimento affettivo e verso quali questo invece è minore.

(Vopel)



OBIETTIVI

Un concetto importante, nell'analisi di una famiglia, è quello dei suoi confini. Si tratta di stabilire in che misura la famiglia, come sistema, si protegge dal mondo esterno, impedendo ai suoi componenti di stabilire significativi contatti con esso, e in che misura respinge eventuali terzi una volta che siano giunti nei pressi dei suoi confini.

Un'errata «politica estera» di una famiglia può comportare conseguenze spiacevoli, sia nel caso in cui i suoi confini siano eccessivamente chiusi, sia che siano eccessivamente aperti.

Nell'ambito di sistemi familiari chiusi, si esercita sul singolo una forte pressione e, soprattutto per quanto riguarda quei componenti della famiglia in età adolescenziale, viene compromesso il compito di sviluppo più tipico della loro età, cioè il loro distacco dalla famiglia.

Il sistema familiare troppo aperto impedisce che si venga a creare tra i suoi membri un legame affettivo abbastanza profondo. In una situazione del genere, un adolescente potrebbe non riuscire ad acquisire un'indipendenza interiore abbastanza profonda da permettergli di instaurare relazioni durature, oneste e significative al di fuori della famiglia.

Per questo è fondamentale stabilire quanto debbano essere aperti o chiusi i confini di una famiglia, in modo che i familiari della seconda generazione abbiano a sufficienza sicurezza, lealtà e stimolo all'opposizione.

Nel corso di questo gioco gli adolescenti dovrebbero imparare a capire questo concetto e con ciò far luce sulla situazione della loro famiglia.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 70
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli, pastelli a cera.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco verranno presi in esame i confini della famiglia. Come sistema sociale relativamente piccolo, la famiglia può essere paragonata a un piccolo stato. Se questo chiudesse i propri confini, i cittadini si sentirebbero chiusi in gabbia e l'economia verserebbe in cattive acque, poiché verrebbe interrotto lo scambio di beni e servizi. Il governo di tale stato avrebbe un bel da fare con minacce e pene per impedire ai cittadini di rendere accessibili i confini.

Se, d'altro canto, uno stato così piccolo aprisse completamente i propri confini, ne deriverebbe una serie di problemi. Vi si potrebbero stabilire molti stranieri. Il governo non eserciterebbe più alcun controllo sulle importazioni e le esportazioni; diventerebbe sempre più difficile per i cittadini identificarsi con il proprio stato.

Nell'ambito di ogni famiglia si danno risposte differenti alla questione della chiusura al mondo esterno. Tali risposte sono determinanti soprattutto per gli adolescenti, poiché ognuno di essi ha l'importante compito, in un determinato momento della propria vita, di «emigrare», diventare un adulto autonomo e, se possibile, creare una propria famiglia.

Fate un disegno dal quale risulti chiaro l'atteggiamento assunto dalla vostra famiglia in merito alla questione dei confini.

Il disegno può essere fatto in chiave simbolica, astratta o realistica a seconda delle proprie preferenze. Da esso si dovrà capire quali sono i componenti del nucleo familiare, quanto sono aperti i confini e quali persone non fanno parte della famiglia, chi vi può accedere e chi no. Mettete anche in evidenza chi vorrebbe andar via dalla famiglia, chi «emigra», chi non può, ecc. Tutto chiaro?... Avete 30 minuti di tempo a disposizione...

Adesso date un'altra occhiata al vostro disegno e provate a riassumere in alcune frasi la «politica estera» della vostra famiglia. Quali sono le leggi in vigore? Avete altri 10 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro persone e operate uno scambio di opinioni. Avete 30 minuti di tempo a disposizione...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quali conseguenze può avere per un giovane vivere in una famiglia troppo aperta?
- Quali conseguenze può avere per un giovane vivere in una famiglia troppo chiusa?
- Che significato ha per me la «politica estera» della mia famiglia?
- Nella mia famiglia si parla dell'apertura al mondo esterno e degli eventuali problemi connessi ad essa?
- Che cosa ho provato durante il gioco?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Invitando i ragazzi a organizzare due scenette, si possono far loro approfondire e assimilare le conclusioni raggiunte durante il gioco. Si rappresenti prima la famiglia chiusa e poi quella aperta.

In ogni caso dovrebbero essere presenti almeno due bambini. Inoltre, l'età dei membri della famiglia, almeno quattro, dovrebbe essere stabilita in anticipo.

Gli altri ragazzi del gruppo staranno a guardare, facendo eventuali annotazioni.

(da Malamud)

OBIETTIVI



Ecco un concetto importante per capire quali sono, all'interno della famiglia, le condizioni in cui l'adolescente vive l'età dello sviluppo.

Il posto che il bambino occupa nell'ordine dei fratelli gli permette di fare determinate esperienze e di avere particolari vantaggi e svantaggi.

I figli unici, di solito, non hanno bisogno di lottare per avere su di sé l'attenzione dei genitori. Essi hanno buone probabilità di raggiungere l'indipendenza molto presto, a volte troppo presto.

Per contro, non hanno molte occasioni per fare esperienze davvero profonde con altri bambini, per cui, rispetto agli altri, i figli unici spesso restano riservati e insicuri. La causa di questi problemi potrebbe anche risiedere nella questione del perché i genitori non hanno «voluto» altri figli. Spesso il figlio unico risponde da sé a questa domanda pensando che ai genitori i bambini non piacciono poi tanto. Tutto questo, naturalmente, non farebbe che sollevare in lui dei dubbi circa la sua stessa amabilità.

I primogeniti, per un certo periodo di tempo, sono motivi di orgoglio per i loro genitori in quanto primi figli ma, al momento della nascita del secondo figlio, risentono molto della perdita della loro posizione privilegiata. Spesso devono occuparsi dei loro fratellini sviluppando così molto presto senso di responsabilità e indipendenza. Quel che è negativo, tuttavia, è che essi giocano troppo poco e vengono limitati nelle loro azioni spontanee da genitori oppressivi, inesperti ed eccessivamente rigidi.

I bambini più piccoli spesso pensano di avere un ruolo speciale. Essi ricevono molte attenzioni e protezione da parte dei genitori. Purtroppo però spesso vengono viziati, restando così bambini troppo a lungo, quasi a dare ai genitori l'illusione di essere essi stessi ancora giovani. Inoltre non hanno fratellini più piccoli sui quali poter riversare collera e delusioni, cosa che invece i bambini dell'età di mezzo e i primogeniti possono fare.

I bambini di mezzo, di solito, non vengono trattati severamente come i primogeniti, tantomeno vengono viziati come i più piccoli. Essi possono apprendere qualcosa dai più grandi e possono riversare le loro frustrazioni «verso il basso». È come se avessero a disposizione un campo di sperimentazione nel quale agiscono relativamente indisturbati.

Naturalmente anche questa posizione ha i suoi svantaggi. I bambini di mezzo vengono facilmente trascurati, e la semplice percezione di una cosa simile può rendere il bambino insicuro del proprio valore. Essi spesso intraprendono strade insolite per rendersi importanti.

Se la differenza in età tra i bambini è notevole, le loro esperienze possono essere molto diverse da quelle qui presentate.

Nel corso di questo gioco gli adolescenti possono discutere con dei «compagni di sventura» dei pro e dei contro che derivano dalla posizione da loro occupata nell'ordine dei fratelli.



PARTECIPANTI

DAI
14
ANNI

TEMPO



Circa
45
minuti

ISTRUZIONI



Mediante questo gioco ognuno di voi dovrebbe capire il significato della propria posizione tra i fratelli.

Partiamo dal presupposto che tra voi ci siano primogeniti, figli di mezzo, ultimi figli e figli unici.

Secondo questa classificazione dividetevi in quattro gruppi.

Ovviamente, per questa divisione, la propria posizione tra i fratelli può essere relativa: se ad esempio qualcuno di voi ha un fratello o una sorella più grandi di 10 anni, che non vivono più a casa da molto tempo, questo qualcuno si sentirà come un figlio unico e non certo come il figlio più piccolo. Perciò anche lui dovrà andare nel gruppo dei figli unici.

Disponetevi ora ai quattro angoli della stanza...

Discutete dei vantaggi e degli svantaggi che derivano dalla vostra posizione nell'ambito della famiglia e di quello che potete fare per evitare gli svantaggi ad essa connessi. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico... A turno, ogni gruppo riferisca agli altri tre il risultato della discussione, in modo che ciascuno di voi possa capire meglio la mentalità di un primogenito, di un ultimo figlio, di un figlio di mezzo e di un figlio unico.

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Qual è il più grosso vantaggio che mi deriva dalla posizione che ho all'interno della mia famiglia? Quale il più grosso svantaggio?
- Se potessi, quale posto sceglierei?
- Quanti bambini avrò un giorno?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Si organizzino scenette in cui vengono rappresentate varie situazioni familiari, ad esempio genitori con un bambino di due anni, genitori con un bambino di tre anni e un neonato, genitori con un bambino di otto anni, uno di cinque e un neonato.

Si affidino i vari ruoli a ragazzi sempre diversi.

(Vopel)

OBIETTIVI



Quasi tutte le famiglie hanno un «mito», che rivela il modo che esse hanno di intendere i rapporti tra i loro vari componenti, i rapporti col mondo esterno, il proprio destino, i propri compiti e la propria indole.

I concetti espressi dai miti familiari vengono spesso condivisi dai componenti di una famiglia anche se il loro contenuto è falso o spiacevole o, addirittura, dannoso. Essi fissano per i componenti della famiglia un ruolo e dei doveri considerati assoluti e sacri, cosicché per molto tempo nessuno della famiglia osa rivedere questi miti o modificarli, per se stesso o per l'intera famiglia.

Il mito di una famiglia regola il comportamento dei suoi vari componenti e, contemporaneamente, mette a tacere i loro stimoli interiori.

Quanto più ci si attiene ad esso, tanto più viene compromesso il benessere spirituale della famiglia. Ad esso si ricorre soprattutto nel caso in cui qualche componente della famiglia, a causa di un qualunque cambiamento, tenti di staccarsi da essa.

Quanto più elastica riesce ad essere una famiglia circa lo sviluppo dei suoi vari componenti, tanto più facile le sarà accettare critiche sui contenuti del mito e cambiare i propri principi. Se una famiglia vive secondo regole eccessivamente ferree, altrettanto energica risulterà l'opposizione ad esse, nel caso in cui qualcuno della famiglia tenti di sottrarsi al vincolo di doveri tradizionali stabiliti dal «mito di famiglia».

Questo gioco dovrebbe render chiaro agli adolescenti il concetto di mito familiare, stimolarli a individuare i miti della propria famiglia e a giudicarli con occhio critico.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 50
 minuti

*MITI FAMILIARI*

Qui di seguito sono riportati alcuni miti familiari ricorrenti. Leggeteli tutti. Può darsi che alcuni di essi facciano parte del «repertorio» della vostra famiglia.

- *Dobbiamo restare uniti.*
- *Nella nostra famiglia non ci sono mai stati dei vigliacchi.*
- *Siamo sempre stati sfortunati.*
- *Noi ci vogliamo tutti bene.*
- *Da noi non cambierà mai niente.*
- *La nostra è una famiglia speciale.*
- *Noi non perdiamo mai la calma; quello che succede ci è indifferente.*
- *La nostra sarebbe una famiglia felice se... (mamma non fosse così depressa, papà non fosse così arrabbiato).*
- *Da noi la donna è sottomessa.*
- *Ognuno bada a se stesso.*
- *I nostri uomini debbono essere sempre i primi.*
- *Noi siamo in gamba, ma nessuno se ne accorge.*
- *Siamo sempre stati dei lavoratori.*
- *Siamo sempre felici e vediamo il bene in tutto.*
- *La nostra famiglia si adopera per i bisognosi.*
- *Siamo dei maestri nati.*

- *Pensa ora al mito che la tua famiglia, segretamente, tiene sempre presente:*

.....

.....

.....

.....

Conosci miti di altre famiglie?

.....

.....

.....

.....

.....

ISTRUZIONI



Questo gioco si fonda sull'analisi dei punti essenziali della politica della vostra famiglia.

L'individuazione di tali punti non è sempre facile, eppure sono loro a determinare la politica «interna ed estera» di una famiglia: ne rivelano il modo in cui vengono impostati i rapporti umani, l'atteggiamento nei confronti del mondo esterno e i tratti peculiari della famiglia stessa.

Un tipico esempio di mito familiare è la frase: «C'è l'hanno tutti con noi Rossi». È chiaro che i vari membri di questa famiglia difficilmente avranno rapporti di lavoro soddisfacenti. Il mito, infatti, indirettamente condiziona l'intera famiglia a comportarsi in modo tale da confermarne il contenuto. Perciò si sceglieranno o amici sbagliati, da cui si resta delusi, o amici giusti, che però noi stessi frustriamo; sul posto di lavoro poi ci si comporta

in modo da suscitare reazioni di scontento in collaboratori, superiori o colleghi.

Lo scopo principale dei miti familiari è quello di tenere insieme la famiglia e impedire una sua evoluzione. Il più delle volte, però, i suoi componenti pagano a caro prezzo una simile situazione. I miti familiari possono essere facilmente paragonati a quelle semplicistiche concezioni politiche presenti ora in tutto il mondo, come ad esempio: «Noi americani dobbiamo difenderci dall'imperialismo sovietico mediante un riarmo permanente»; oppure (a riguardo del popolo italiano da parte degli stranieri): «Gli italiani sono un popolo di santi, poeti e navigatori», ecc.

Il rischio dei miti familiari è che essi semplificano la realtà, così molteplice e dinamica, in modo approssimativo, e inducono ad assumere atteggiamenti immutabili e di apparente sicurezza.

Ecco qui un modulo da compilare in 15 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro persone e parlate di quello che avete scoperto. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate poi un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quali sono i vantaggi e gli svantaggi dei miti familiari?
- Da cosa si può dire che i miti familiari sono pericolosi?
- Cosa penso dei miti della mia famiglia?
- Abbiamo già affrontato questo argomento a casa?
- Come reagirebbero i miei familiari se proponessi loro di parlarne?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Per capire meglio le ripercussioni che un mito familiare può avere, si dividano i ragazzi in diverse «famiglie» e si faccia rappresentare, in una sorta di plastico di gruppo, un determinato mito familiare.

Per tutta la durata del plastico, i partecipanti si concentrino sulle sensazioni e sui pensieri suscitati da queste posizioni corporee.

(Vopel)

OBIETTIVI



Gli adolescenti si arrabbiano spesso, sfogando in famiglia parte della loro «rabbia». Questo insieme di cose (risentimento, delusione, ira, disincanto) permette loro di prendere più facilmente le distanze dalla famiglia creando, così, quel distacco dalla figura dei genitori necessario per poter fare esperienza da soli.

Spesso questa «rabbia» è completamente infondata o viene causata da piccole cose, tanto per avere un motivo per arrabbiarsi.

Molti adulti interpretano male questi scoppi d'ira ingiustificati, che infatti non sono dovuti a frustrazioni del ragazzo, prendendoli per biasimo nei loro confronti. Gli adolescenti che sono così legati ai loro genitori da non avere neanche la possibilità di provare di quando in quando questa rabbia contestatrice, devono poi ricuperarla più tardi con ben maggiori difficoltà. Dal momento che siamo adulti, sappiamo bene che questa «rabbia» non deve essere considerata come qualcosa di personale, ma come un fenomeno tipico dell'adolescenza.

Nel corso di questo gioco gli adolescenti si occuperanno della loro «rabbia» da desatellizzazione parlandone con gli altri.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 80
 minuti

MATERIALI



Riviste, grossi fogli di carta da imballaggio, pennarelli, forbici, colla.

ISTRUZIONI



Questo gioco riguarda un sentimento che sicuramente provate spesso e che non sempre sapete motivare: la «rabbia».

Qui viene presa in considerazione soprattutto la rabbia non motivata, quella che è difficile placare. Essa si differenzia da quella solita, che nasce quando si viene attaccati o quando si è delusi. Allora ci rendiamo perfettamente conto di essere furiosi e di volerli vendicare.

Ma quella rabbia indefinita che voi adolescenti provate, spesso ha a che fare col mondo degli adulti e, in special modo, con gli adulti più importanti per voi, mamma e papà.

Questa «rabbia» contro la figura dei genitori ha una funzione importante, e noi adulti non abbiamo nessun diritto di impedirla. D'altro canto, però, desideriamo che voi esterniate questa rabbia senza causare gravi danni. Perciò oggi manifesterete artisticamente la «rabbia senza motivo», e ognuno di voi dirà in che modo vive la propria rabbia contro genitori e altre figure autoritarie, in quali circostanze e anche che cosa gli riesce sgradito. Per prima cosa dividetevi in gruppi di quattro e scegliete dei compagni con cui lavorare poi sull'argomento...

Ora, con il materiale di partenza, preparate, in ogni gruppo, un collage che rappresenti simbolicamente la vostra rabbia e che mostri come essa si manifesta, contro chi è rivolta, a che cosa mira. Pensate soprattutto agli adulti che vi sono più vicini e cercate di richiamare alla mente delle scene di rabbia. Avete un'ora di tempo per questo lavoro...

Fate poi una pausa di 5 minuti per trovare un titolo al vostro collage...

Ciascun gruppo ora si unisca, a turno, a ognuno degli altri, mostri il proprio collage e osservi quello degli altri, esponendo le proprie riflessioni sulle scene rappresentate. Avete 15 minuti per questo giro di conversazioni... Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Mi arrabbio spesso senza motivo?
- Come esprimo la mia rabbia?
- Come reagiscono i miei genitori alla mia rabbia?
- Come riesco a uscire da uno stato di malumore?
- Mi riesce facilmente di ammettere la mia rabbia?
- Che cosa vorrei dire ancora?



Con alcuni gruppi si può andare all'aperto, dopo l'analisi, e bruciare i «col-lage della rabbia» insieme. Questa iniziativa simboleggia la manifestazione controllata della propria rabbia e mostra, nello stesso tempo, che è ancora possibile porre fine a questo sentimento.

Tempo permettendo, si invitino i ragazzi a mettersi in fila uno accanto all'altro «in ordine di rabbia»: da sinistra avremo il più arrabbiato di tutti, quello cioè che più di tutti si ribella alla figura dei genitori e ad altre figure autoritarie, fino ad arrivare a destra, dove si metterà il meno ribelle. Così facendo, si possono individuare vari livelli di rabbia e si aiuta ciascuno dei ragazzi a trovare delle «anime gemelle».



(Vopel)

OBIETTIVI



Anche questo gioco dovrebbe dare agli adolescenti la possibilità di esprimere la loro «rabbia da desatellizzazione», ma questa volta per motivi reali.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 40
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete esprimere la vostra rabbia, la vostra indignazione e il vostro spirito di contraddizione soprattutto contro i vostri genitori.

Nell'infanzia la maggior parte di noi ha uno stretto legame con i genitori. Riceviamo il loro amore e li consideriamo degli esempi da imitare. Non appena diventiamo adolescenti, ce ne stacciamo pian piano per poter iniziare poi la nostra vita da adulti. Ma per questo, interiormente, occorre staccarsi di più dai genitori anche se noi stessi, e probabilmente i genitori, qualche volta ne soffriamo.

È utile a questo proposito, di tanto in tanto, arrabbiarsi davvero con i genitori. Ci si distacca da loro anche rendendosi conto che essi commettono degli errori e hanno le loro debolezze, esattamente come noi.

Fate un disegno dei vostri genitori, una caricatura. Accentuate i loro carat-

teri somatici, proprio come farebbe un caricaturista mordace. Mettete in evidenza tutto ciò che vi colpisce quando siete arrabbiati con loro. Usate dei colori che si adattino a questo ritratto «arrabbiato» dei vostri genitori. Avete 10 minuti di tempo...

Ora scrivete nel vostro disegno delle brevi espressioni di rabbia.

Esprimate tutto quello che altrimenti pensate soltanto, quando siete arrabbiati con loro. Qualcuno potrebbe scrivere ad esempio al padre: «Sei uno che non combatte; non capisci niente dei giovani; sei un arrivista»; e alla madre: «Sei solo l'angelo del focolare; sei nevrotica; curiosi dappertutto; ti metti sempre in mezzo».

Avete altri 10 minuti...

Ora immaginate che i vostri genitori vedano il disegno e leggano i vostri commenti. Che reazione avrebbero?... (1 minuto).

Se vi fanno capire che non avete il diritto di esprimervi in quel modo, se direttamente o indirettamente vi minacciano e vi offendono, allora approfittate dell'occasione per aggiungere altre annotazioni al vostro disegno. Avete altri 3 minuti di tempo...

Arrotolate ora i vostri disegni e scegliete la persona con cui volete parlare di questo gioco...

Dividetevi in coppie e ciascuno dica all'altro quali sensazioni ha provato, se ha la coscienza sporca, se si è divertito e come si comporta di solito con i genitori quando è arrabbiato. Quando siete pronti, potrete mostrarvi i disegni. Avete 15 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Con quale genitore mi arrabbio più spesso?
- Come esprimo la mia rabbia?
- Come reagiscono i genitori alla mia rabbia?
- Perché gli adolescenti devono crearsi un maggior distacco interiore dai genitori?
- Che cosa vorrei dire ancora?



Alcuni volontari possono rappresentare una famiglia di cui fa parte un adolescente arrabbiato. Si faccia emergere il motivo per cui per i genitori in generale è difficile accettare la rabbia dei figli adolescenti.

Par l'animatore

Il fatto di suscitare ed evocare una rabbia che ha radici oggettive, legata cioè a fatti in cui realmente i genitori sono stati poco attenti e rispettosi nei confronti dei propri figli, potrebbe causare l'innalzamento della tensione emotiva a livelli molto elevati senza che ci siano possibilità di elaborazione adeguata di questa. Nel momento in cui, invece, si affronta questa tematica per mezzo di una caricatura, si ha la possibilità di porsi in termini anche ironici e umoristici, e quindi di prendere una certa distanza nei confronti della propria rabbia, così da poterla più facilmente gestire.

(Vopel)

OBIETTIVI



La famiglia è un piccolo sistema sociale che si sviluppa lentamente. Nella famiglia di solito ciò avviene quando i genitori completano il proprio ciclo vitale passando attraverso le sfide, i successi e le crisi della loro età e, contemporaneamente, i figli crescono attraversando periodi della vita sempre nuovi.

Lo sviluppo di un sistema familiare può essere insufficiente soprattutto quando i genitori limitano artificialmente il loro stesso sviluppo e acquistano un modo di agire, di sentire e di pensare statico e immutabile, rifuggendo da ogni forma di spontaneità.

In un sistema del genere, che può anche risultare noioso per i suoi componenti, l'adolescente spesso svolge il ruolo di colui che, con il suo comportamento, introduce nuovi elementi per ravvivarlo. Questo accade soprattutto nel momento in cui egli infrange le più alte leggi morali della famiglia, turbando così la sua atmosfera. Spesso è uno dei genitori (o tutti e due) a indurre indirettamente il ragazzo a un simile comportamento.

Nel corso di questo gioco gli adolescenti dovrebbero avere l'opportunità di esaminare queste connessioni e di prendere coscienza del proprio potenziale di protesta.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Almeno
 60
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Pensate alle possibilità che un adolescente ha di turbare la propria famiglia. I giornali spesso ribadiscono che molti adolescenti hanno delle idee che non solo stupiscono la loro famiglia, ma che vengono reputate così interessanti dai giornalisti da essere comunicate al grande pubblico. Così sembra quasi una caratteristica della vostra età turbare gli altri di tanto in tanto. Dopo potremo vedere insieme quale può essere la causa di ciò.

Per prima cosa inventate una storiella in cui un adolescente sconvolga i genitori. Decidete il sesso del protagonista, l'età, ecc. Raccontate poi che cosa succede, come reagiscono i genitori e la fine della storia. Scrivete infine il vostro nome sul foglio. Avete 20 minuti di tempo...

(Si raccolgano i fogli e si leggano ad alta voce, di volta in volta, due storie, una dopo l'altra. Si dica il nome dei due autori, ma senza specificare chi dei due ha scritto l'una o l'altra storia. Si invitino poi i partecipanti a mettere a confronto i due racconti e a esprimere le riflessioni suscitate da ciascuno di essi. Alla fine, i ragazzi dovrebbero cercare di attribuire le storie ai loro autori, motivando le proprie scelte).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Come creo scompiglio io stesso nella mia famiglia?
- Qualche volta creano scompiglio anche altri membri della mia famiglia?
- A che cosa serve lo scompiglio in una famiglia?
- Qual è la differenza, per me, tra azioni stimolanti e azioni inquietanti?
- Che cosa c'è di «autobiografico» nel mio racconto?
- Che significato ha per me tutto quello che gli altri partecipanti hanno detto a proposito del mio racconto e del suo autore?
- Mi è tutto chiaro? Oppure non sono d'accordo con qualcuna delle dichiarazioni?
- Sono stato individuato facilmente come autore della mia storia?
- Come reagirebbero i miei genitori se la vicenda da me narrata accadesse nella mia famiglia?
- Qual è il racconto più interessante?
- Mi adatto facilmente alle regole della mia famiglia oppure, ogni tanto, le metto in discussione?
- Che cosa vorrei dire ancora?

TUTTO QUELLO CHE NON TI HO ANCORA MAI DETTO

(Vopel)

OBIETTIVI



Oltre alla «rabbia da desatellizzazione», durante l'adolescenza si manifestano molti altri tipi di rabbia, che derivano soprattutto da speranze deluse, desideri frustrati e da una certa debolezza emotiva.

Anche per genitori «sufficientemente buoni» è impossibile assecondare sempre i figli adolescenti, tanto più che la crescita di un figlio cambia drasticamente il senso della vita di entrambi i genitori, costringendoli ad affrontare anche il proprio processo di maturazione.

D'altro canto, però, anche l'adolescente che comincia ad allontanarsi dai genitori ha continuamente bisogno dell'appoggio emotivo del padre e della madre e dei loro chiarimenti per le numerose questioni e problemi incontrati. Prima o poi, perciò, col tempo, quasi tutti gli adolescenti restano profondamente delusi dai genitori.

Questo gioco dovrebbe aiutare gli adolescenti a prendere coscienza di queste delusioni, a esprimerle e poi a decidere il modo di superarle.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 45
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Avete ora l'opportunità di occuparvi di un problema attraverso cui siamo passati tutti, e cioè le delusioni provate nel constatare che i genitori non sono come li vorremmo, che anche loro falliscono, che non soddisfano i nostri desideri, ci dedicano pochissimo tempo, non ci capiscono, credono pochissimo in noi o ci amano troppo poco. Per prima cosa elencate tutti insieme le varie delusioni che un adolescente può avere dai genitori.

(Si faccia ciò molto rapidamente, senza che le varie affermazioni vengano discusse o commentate. Questa parte introduttiva dovrebbe dar modo a ogni adolescente di prepararsi interiormente a trattare questo argomento, così delicato da essere facilmente respinto. Si diano 5-10 minuti di tempo).

Ora pensate alla vostra situazione personale e scrivete una lettera a vostro padre o a vostra madre. Potrete così comunicare al genitore prescelto qualcosa che non gli avete ancora mai detto. Potrete parlare di ciò che vi ha deluso, di ciò per cui siete tristi o arrabbiati. Dite che cosa vi dà fastidio, cosa vi manca, come vi sentite mentre scrivete e che cosa vorreste. Poi decidete da soli cosa fare della lettera, se mostrarla a qualcuno del gruppo oppure no. Avete 20 minuti di tempo per scrivere questa lettera...

Riunitevi ora a due a due... Ognuno parli del proprio stato d'animo.

Vi sentite liberi? Quale genitore avete scelto? È stato facile scrivere la lettera? Pensate di rilevare al genitore qualcuno dei vostri pensieri e dei vostri sentimenti? Che rapporto avete con il genitore in questione o con l'altro? Come reagirebbero i vostri genitori se leggessero la lettera? Volete eventualmente leggere al vostro compagno qualche passo della lettera?

Avete 15 minuti per la vostra conversazione...

Riformate ora un cerchio unico, e valutiamo insieme l'esperienza...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Con chi parlo delle delusioni che ho dai miei genitori?
- Mi riesce facile riconoscere le mie delusioni?
- Che cosa mi manca di più dai miei genitori?
- Dove prendo quello che non posso ricevere dai genitori?
- Discuterò della lettera o di questa esperienza con i miei genitori o con qualche altra persona?
- Come penso di superare le mie più grosse delusioni?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopet)

OBIETTIVI



Un compito importante per un adolescente è capire che cosa i genitori pretendono da lui.

Il problema consiste però nel fatto che alcune delle pretese dei genitori sono chiare e tonde, mentre altre vengono espresse indirettamente. Una pretesa esplicita è ad esempio: «Voglio che il mercoledì tu vada a fare la spesa per la famiglia»; oppure: «Voglio che tu finisca le scuole medie». Una pretesa poco chiara, ad esempio, viene espressa quando una madre è affettuosa con il proprio figlio solo quando questi è a letto malato. In questo caso la pericolosissima richiesta indiretta potrebbe essere: «Ammalati».

Per un adolescente è spesso impossibile capire pretese di questo secondo genere. Proprio per questo gli è anche difficile sottrarsi alla loro forza suggestiva.

A questo punto diventa estremamente importante l'atteggiamento interiore dell'adolescente, con cui egli potrà tentare di capire quanto più possibile le pretese dei genitori.

In un secondo momento poi potrà chiedersi quali di esse vorrà assecondare e quali rifiutare.

Il gioco dovrebbe contribuire a rafforzare questo atteggiamento interiore.



PARTECIPANTI

DAI
14
ANNI

TEMPO



Circa
60
minuti

MATERIALI



Fogli da disegno, pastelli a cera, pennarelli.



Nel corso di questo gioco parleremo di tutto quello che i genitori pretendono da voi.

Quando cresciamo abbiamo continuamente bisogno, per poterci orientare, degli ordini dei nostri genitori. Essi ci aiutano a inserirci nella famiglia e in tutti gli altri gruppi di cui facciamo parte. D'altra parte, ci danno la possibilità di discutere. Attraverso essi possiamo imparare a dire «sì» o «no» o a discutere con altri in modo da trovare un punto d'incontro tra le pretese altrui e i nostri desideri.

Sia per gli adulti che per gli adolescenti le pretese rappresentano spesso una questione scottante. La paura che le nostre pretese vengano respinte, ci induce a ricorrere a stratagemmi, a intimidire o a corrompere gli altri, in modo da poter imporre il nostro punto di vista.

Questo vale tanto per gli adolescenti quanto per gli adulti. Invece di una discussione pacifica, nella quale entrambe le parti prendono in esame ciascuna gli interessi dell'altra, si dà origine a una lotta di potere.

Ciò è dovuto anche al fatto che sia gli adulti che gli adolescenti, spesso, hanno delle pretese indirette.

Alcuni adolescenti si comportano male per poter attirare su di sé l'attenzione dei genitori. La richiesta diretta, in questo caso, potrebbe essere: «Guardami, occupati di me».

Questo vale anche per i genitori. Spesso succede che i genitori interrompano i racconti dei figli dicendo loro: «Lascia parlare i grandi», oppure: «Non si parla a tavola». Ma il vero significato di un simile intervento è: «Non crederti chissà chi, tu non sei importante».

Pensate, nel corso di questo gioco, a delle richieste importanti che i genitori fanno, direttamente o indirettamente.

Procedete in questo modo: fate prima un disegno che vi ritragga con entrambi i genitori. Disegnatevi proprio in mezzo a papà e mamma. Scegliete, per ognuna delle tre persone, i colori che più si addicono loro. Avete 10 minuti di tempo...

Ora considerate quali pretese significative papà e mamma accampano su di voi. Che cosa dovrete fare e che cosa non fare?

Disegnate, per ciascuna, un fumetto abbastanza grande da contenere quello che mamma e papà pretendono da voi e scrivete poi le richieste nel fumetto che corrisponde ai genitori. Avete un quarto d'ora di tempo...

Ora esaminate attentamente il vostro disegno e le richieste di ogni genitore. Pensate a quali di esse volete esaudire, quali rifiutate totalmente e quali volete modificare, per poterle solo allora esaudire. Scrivete poi il vostro parere in un fumetto grande abbastanza, che disegnerete accanto alla vostra figura. Avete 10 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro, e ciascuno esprima la propria opinione.

Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Mi riesce facile, ogni giorno, capire che cosa i miei genitori vogliono da me?
- Fino a che punto riesco a discutere con i miei genitori delle loro pretese e dei miei desideri?
- I miei genitori hanno avuto la possibilità, durante la fanciullezza, di discutere con i loro genitori?
- Attualmente, quale richiesta dei miei genitori mi dà più da fare?
- In che modo rendo difficile ai miei genitori prendere in considerazione i miei desideri?
- Come reagirebbero i miei genitori se mostrassi loro il mio disegno?
- Vorrei mostrarglielo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Spesso i genitori pensano che sia troppo per loro occuparsi delle idee degli adolescenti, così diverse dalle loro. Gli adolescenti accrescono il potenziale conflittuale esistente facendo capire che giudicano sbagliato il comportamento dei genitori. Perciò si lasci che i ragazzi si esercitino a trattare con la figura dei genitori.

Poiché anche un «corretto» comportamento da parte dei ragazzi non vuol dire che essi arriveranno a un accordo, è importante parlare con loro ampiamente dei possibili limiti delle idee dei genitori.

Per l'animatore

I colori non rimandano in modo univoco a qualche caratteristica o aspetto; c'è dunque per ogni colore un'impronta di tipo soggettivo che porta a collegare in modo tipico e originale per ognuno un colore a una qualche rappresentazione interiore.

(Vopel)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco gli adolescenti possono soffermarsi su alcuni ordini «classici» impartiti dai genitori e discutere dei pro e contro del loro punto di vista.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 25
 minuti

MATERIALI



Modulo «Prescrizioni».

PRESCRIZIONI

Questo modulo dovrebbe aiutarti a prendere in considerazione alcuni dei punti di vista, delle richieste, dei divieti, delle paure e delle speranze che i tuoi genitori ti trasmettono ogni giorno per essere sicuri che tu ti comporti secondo il loro volere.

Completa le frasi con le parole che userebbero mamma e papà. Scrivi la prima cosa che ti viene in mente.

- Sii
- Si dovrebbe sempre
- È grave se tu

- *Devi*
- *È giusto se tu*
- *Dovresti*
- *Si deve*
- *Sei stupido se*
- *Sii onesto e*
- *Dovresti essere grato che*
- *Hai torto se*
- *L'esperienza insegna che*
- *Nessuno*
- *Attento a*
- *Sei troppo*
- *Se tu*

Ora rileggi tutte le frasi completamente e trova quella che ti tocca di più emotivamente, che in qualche modo ti provoca. Scrivi questa frase ancora una volta:

.....

.....

Che cosa pensi di questa frase? In quali circostanze la senti ripetere? Chi te la dice? Che cosa vuole da te la persona in questione? Quali vantaggi ti derivano se agisci secondo il suo contenuto? Quali svantaggi?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Per finire, ancora una domanda difficile: riesci a pensare che cosa spinge i tuoi genitori a dire una frase del genere?

.....

.....

.....

.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete soffermarvi su alcuni degli stimoli o ordini che i genitori vi danno ogni giorno.

Sono essenzialmente due gli scopi che essi si prefiggono attraverso questi messaggi: assistere loro figlio e, contemporaneamente, provvedere anche alla loro stessa comodità.

In ogni caso è opportuno chiedersi più spesso: Che cosa vuole l'altro da me? Che cosa voglio io stesso? Fino a che punto possiamo giungere a un'intesa?

Il modulo indicato dovete compilarlo in 20 minuti...

Riformate ora un cerchio unico... Chi di voi vuole dirci la frase alla quale si è ribellato emotivamente di più?...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Che cosa ho provato compilando il modulo?
- Da quale genitore deriva la maggior parte di richieste?
- Sono chiare le richieste che mi vengono fatte in famiglia?
- Io stesso esprimo con chiarezza le mie richieste?
- Mi è riuscito facile trovare i pro e i contro della richiesta alla quale mi sono opposto di più?
- Riesco a sostenere il mio punto di vista con i miei genitori?
- Ho trovato una risposta all'ultima domanda del modulo?
- Che cosa vorrei dire ancora?



Può essere utile in alcuni casi, dopo questo gioco, fare un ulteriore passo avanti e far entrare i genitori. Si lasci poi che i ragazzi chiedano a ogni genitore quali sono le cinque richieste più importanti fatte ogni volta al figlio. Essi dovrebbero scrivere queste richieste, e fare attenzione che quanto scritto concordi con quello che il genitore pensa. È importante che le interviste vengano condotte separatamente e che nessuno dei genitori sappia le risposte dell'altro.

Si discuta delle interviste raccolte dal gruppo; fatto ciò, è opportuno che ogni ragazzo si sieda con i genitori per effettuare con loro uno scambio di opinioni.

Durante l'analisi di gruppo, è importante esaminare l'intera serie di richieste dei genitori. Ciò dà più sicurezza al singolo ragazzo.

In un secondo momento, i ragazzi vedranno se le richieste dei due genitori concordano fra loro o se si contraddicono. In ultimo resta da stabilire quali richieste, e fino a che punto, il ragazzo vuole esaudire.



(da Weinstein)

OBIETTIVI



Questo gioco stimola l'adolescente a vedere fino a che punto egli risolverebbe i normali problemi di ogni giorno allo stesso modo dei suoi genitori. Potrà rendersi conto delle proprie somiglianze o differenze rispetto ad essi quanto a temperamento, sensibilità e valori.

In questo modo l'adolescente può poco per volta modificare la propria inconscia identificazione con le figure dei genitori, prendere coscienza delle proprie opinioni e dei propri personali punti di vista.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 50
 minuti

MATERIALI



Modulo «Somiglianze e differenze». Carta e matita.

SOMIGLIANZE E DIFFERENZE

Per ciascuna delle seguenti situazioni racconta brevemente, su un foglio a parte, come reagirebbero mamma e papà o che cosa faresti tu stesso se avessi dei figli.

1. *È imminente il compleanno di un figlio.
Mamma... papà... tu stesso...*
2. *Un figlio si ammala durante la notte.
Mamma... papà... tu stesso...*

3. *Un figlio rompe un oggetto di valore.
Mamma... papà... tu stesso...*
4. *Un figlio subisce molestie sessuali.
Mamma... papà... tu stesso...*
5. *Un figlio fa amicizia con il bambino di una famiglia di negri.
Mamma... papà... tu stesso...*
6. *Un figlio rientra a casa ubriaco.
Mamma... papà... tu stesso...*

Adesso scrivi in che cosa sei uguale ai tuoi genitori.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

In che cosa sei diverso da loro?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco si prenderanno in esame problemi che ricorrono spesso nel rapporto tra genitori e figli. Potrete capire come si comporterebbero i vostri genitori e che cosa fareste voi stessi se aveste dei figli.

Il modulo accluso deve essere compilato in mezz'ora...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Operate uno scambio di opinioni scegliendo, a turno, la situazione che più di tutte vi ha fatto riflettere. Riferite agli altri cosa avete scritto in proposito e cosa vi sembra difficile. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho appreso qualcosa di nuovo?
- Quando ho capito per la prima volta di essere diverso da mamma e papà?
- In che cosa sono completamente diverso da papà?
- In che cosa sono completamente diverso da mamma?
- In che cosa sono uguale a papà o mamma?
- Fino a che punto permetto a me stesso di comportarmi diversamente da papà e mamma?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Si può arricchire il gioco facendo rappresentare in una scenetta alcune delle situazioni problematiche.

(da Malamud)

OBIETTIVI



È abbastanza difficile per chiunque capire esattamente fino a che punto si imitano i genitori o si vive secondo la propria personalità. Spesso attribuiamo la colpa dei nostri comportamenti inopportuni ai genitori e ci prendiamo il merito solo di ciò che apprezziamo di più in noi stessi. In generale si può dunque affermare: quanto meno ci sentiamo «marchiati» dai nostri genitori, tanto più profondo dovrebbe essere il «marchio» da loro impresso. Quando diventiamo adulti, è nostro compito riconoscere il legame interiore che abbiamo con i genitori, rifletterci su a lungo e capire in quali situazioni esso ci tormenta e ci blocca. Per questo esercizio ci si avvarrà della tecnica dell'associazione, per aiutare i ragazzi a scoprire le proprie somiglianze e differenze rispetto ai genitori.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete adoperare la vostra fantasia per scoprire somiglianze e differenze tra voi e i vostri genitori.

Ora vi verranno elencati dei gruppi di tre concetti ciascuno, e voi dovrete scegliere, di volta in volta, il concetto che più vi si addice. Basatevi sulla vostra prima reazione e sorvolate sui motivi delle vostre scelte.

Prendete un foglio di carta su cui scrivere il vostro nome. Ora, in ordine, annotate tutti i concetti che più di tutti vi si addicono.

Che cosa vi si addice di più: il rosso, il blu o il giallo?...

(Si proceda con i seguenti gruppi di concetti e si scelgano da questa lista le terzine più adatte al gruppo di ragazzi con cui si lavora.

Quanto più grandi sono i ragazzi, tanto maggiore è il numero di concetti utili per l'analisi).

Quadrato - Triangolo - Cerchio.

Pianta - Animale - Terra.

Acqua - Fuoco - Aria.

Martello - Pinza - Sega.

Colazione - Pranzo - Cena.

Sedia - Letto - Tavolo.

Cinema - Opera - Teatro.

Sete - Fame - Sazietà.

Sole - Pioggia - Neve.

Faggio - Abete - Salice.

Canto popolare - Canzone pop - Aria.

Testa - Cuore - Mano.

Correre - Saltare - Stare in piedi.

Monte - Valle - Pianura.

Oceano - Fiume - Lago.

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quali somiglianze con papà o con mamma mi fanno più piacere?
- Quali somiglianze con papà o con mamma mi danno molto fastidio?
- In che cosa vorrei che i miei figli mi somigliassero un giorno?
- Parlo mai con i miei genitori di somiglianze e differenze?
- Mi sento più simile a papà o a mamma?
- Che cosa vorrei dire ancora?

*Per l'animatore*

Dopo aver scelto uno dei concetti tra i tre presentati, è opportuno operare un lavoro per stimolare la consapevolezza degli aspetti e dei caratteri che vengono attribuiti a ciò che è stato scelto. Anche in questo caso, infatti, non è possibile stabilire un rapporto diretto e univoco tra i diversi concetti e ciò a cui rimandano. Una volta che si è preso coscienza di ciò che a livello del vissuto personale viene di volta in volta collegato a ciò che è stato scelto, si può passare a vedere quanto c'è in comune con i genitori e quanto invece risulta essere frutto della creazione personale.

(da Koberg/Bagnall)

OBIETTIVI



Condizione per il distacco dell'adolescente dalla famiglia d'infanzia è sicuramente la crescente consapevolezza della propria individualità personale, cioè la consapevolezza della propria differenza dai genitori.

Tuttavia è altrettanto importante che l'adolescente acquisisca dai genitori il senso della comunità, esperienze utili, sentimenti e valori significativi. Solo chi ha ricevuto abbastanza dai genitori, può staccarsi da loro.

Nel corso di questo gioco gli adolescenti possono soffermarsi sia su ciò che non vorrebbero ricevere dai genitori, sia su ciò che invece accetterebbero ben volentieri da loro.



PARTECIPANTI

 DAI
18
 ANNI

TEMPO


 Circa
 40
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Questo gioco mette in evidenza la posizione che occupate nel quadro generazionale della vostra famiglia.

I nostri genitori ci hanno mostrato come vivono, che cosa fanno, come agiscono, che cosa ritengono importante e prezioso. Da questa vasta gamma di comportamenti, valori e atteggiamenti, dobbiamo scegliere ciò che vogliamo prendere; nel far ciò, è necessario pensare, ogni tanto, che anche

dopo di noi ci sarà un'altra generazione, per la quale diventeremo noi stessi dei modelli, e che dovrà scegliere a sua volta.

Soffermatevi su un'azione dei vostri genitori, più precisamente di mamma o papà singolarmente, su un loro atteggiamento interiore o su un valore che essi hanno sostenuto o sostengono attualmente.

Scegliete qualcosa a cui anche voi date particolare importanza nella vita e che vorreste trasmettere alla generazione dopo di voi.

Soffermatevi poi anche su un atteggiamento o su un'azione dei vostri genitori che rifiutate, che non prendete affatto in considerazione per la vostra vita futura e che non volete trasmettere alla generazione futura.

Descrivete in alcune frasi quello che volete conservare e quello che volete lasciarvi alle spalle. Avete 15 minuti di tempo...

Adesso pensate a come potete adattare concretamente alla vostra vita ciò che volete prendere dai genitori. Scrivete quello che vi viene in mente. Avete 5 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Ciascuno dica agli altri che cosa vuole mantenere e perpetuare. Se volete, potete anche dirvi che cosa rifiutate. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico... Chi vuole dirci che cosa vorrebbe mantenere e perpetuare?

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Che cosa direbbero i miei genitori se facessi leggere loro i miei appunti?
- I miei genitori sanno che io apprezzo il valore o l'atteggiamento che ho scelto qui?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Si può continuare il gioco invitando i ragazzi a intervistare entrambi i genitori su questo duplice argomento, a confrontare il materiale raccolto con le scelte fatte durante il gioco e a scrivere, a questo proposito, alcuni appunti.

(da Weinstein/Hardin)

OBIETTIVI



Un'altra caratteristica fondamentale dell'età della crescita è vedere i genitori non più con gli occhi di un bambino che vuole qualcosa da loro. Gli adolescenti devono imparare lentamente a vedere nei genitori persone con una determinata vita, con desideri e speranze che vanno molto al di là del loro ruolo di genitori.

Con ciò si creano i presupposti per poterli ringraziare, un giorno, di ciò che hanno dato ai figli o per poterli perdonare di ciò che, conformemente alle loro idee restrittive, non hanno dato o hanno sbagliato.

Nel corso di questo gioco gli adolescenti possono esercitarsi a identificarsi con uno dei genitori e a guardare così il loro «figlio» dal suo punto di vista.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 60
 minuti

MATERIALI



Questionario «Intervista ai genitori».

INTERVISTA AI GENITORI

• *Di che cosa sei orgoglioso quando pensi a tuo figlio?*

.....

• *Di che cosa ti preoccupi pensando a lui?*

.....

• *Qual è il consiglio più importante che vorresti dare a tuo figlio?*

.....

• *Che cosa dovrebbe fare della vita tuo figlio per renderti felice?*

.....

• *Che cosa ti ha regalato tuo figlio per il tuo ultimo compleanno e che cosa ha significato per te questo regalo?*

.....

• *A quando risale l'ultima volta che hai abbracciato tuo figlio?*

.....

• *Quando ti ha ferito moltissimo?*

.....

• *Quando hai dato a tuo figlio la più grossa delusione?*

.....

• *In che cosa vedi la più grande somiglianza interiore tra te e tuo figlio?*

.....

• *Che cosa significa per te il fatto che tuo figlio pian piano diventerà adulto?*

.....

ISTRUZIONI



In questo gioco potrete vedere fino a che punto vi è possibile identificarvi con i vostri genitori e guardare voi stessi dal loro punto di vista.

Normalmente ci aspettiamo che i nostri genitori ci comprendano, che ci leggano, per quanto possibile, i desideri negli occhi e indovinino i nostri sentimenti. Meno spesso siamo disposti a concedere loro gli stessi privilegi e a considerare le cose dal loro punto di vista.

Dividetevi in gruppi di sei...

(Si distribuisca ora il questionario).

A turno, uno dei componenti del gruppo sceglierà il genitore col quale vuole identificarsi. Poi comunicherà al gruppo la sua scelta e chiederà a uno degli altri cinque partecipanti di intervistarlo, sulla base delle domande contenute nel questionario.

Immaginate di essere questo genitore, di avere esattamente i suoi dati, esperienze, sentimenti e desideri. Parlate di voi stessi come di vostro figlio o di vostra figlia, e rispondete all'intervistatore possibilmente con lo stesso stile del genitore in questione. Nel rispondere, imitate anche il suo modo di parlare e i suoi gesti.

L'intervistatore dovrebbe seguire l'ordine delle domande presentate. Poi sarà il turno di un altro dei partecipanti.

Gli altri membri del gruppo ascolteranno con attenzione, senza fare alcun commento od osservazione. Potrete parlare delle vostre reazioni e fare osservazioni solo dopo che tutti avranno parlato. Avete 1 ora di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Perché ho scelto papà/mamma?
- Mi è stato facile identificarmi con uno dei miei genitori?
- Che cosa ho provato?
- Comprendo di più mio padre/mia madre per certe cose?
- In che modo mio padre/mia madre è particolarmente vulnerabile?
- Voglio trarre delle conclusioni da questo gioco?
- Che reazioni ho quando ascolto le altre interviste nel mio gruppo?
- Che cosa vorrei dire ancora



Si possono indurre i ragazzi a fare anche un esperimento reale, intervistando davvero il genitore scelto. I ragazzi dovrebbero allora mettere a confronto le esperienze delle due interviste e scrivere in alcune frasi le loro conclusioni.



(da Shorr)

OBIETTIVI



Questo gioco dovrebbe dar modo agli adolescenti di capire meglio la personalità di uno dei genitori, sulla base del sentiero di vita da lui percorso fino ad ora.



PARTECIPANTI

**DAI
16
ANNI**

TEMPO


**Circa
45
minuti**

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Questo gioco può aiutarvi a capire meglio i vostri genitori. Per far ciò, dovrete ricostruire, nelle sue linee essenziali, la vita di uno di loro, poiché ciascuno di noi è forgiato dal proprio passato, dalle proprie azioni e dal comportamento delle altre persone che hanno avuto a che fare con noi.

D'altra parte dobbiamo tener presente che il passato, da solo, non basta a capire una persona. Dobbiamo sempre considerare anche il contesto presente nel quale essa vive, capace di determinare le sue azioni al pari delle circostanze del passato. Queste due prospettive devono integrarsi tra loro, quando proviamo a capire noi stessi o un'altra persona.

Pensate a quale dei genitori siete più interessati al momento e a cui volete dunque dedicare la vostra attenzione...

Immaginate adesso che questo genitore di sera abbia dovuto intraprendere un viaggio e ora sieda in treno... Nello scompartimento è seduta davanti a lui una persona più anziana nella quale il genitore comincia ad avere fiducia, tanto da raccontarle la propria vita. Il vostro genitore sa benissimo che non rivedrà mai più la persona in questione e che qui ha la possibilità di descrivere se stesso e il proprio destino con assoluta schiettezza, senza remore o diplomazia.

Scrivete il racconto del vostro genitore. Avete 30 minuti di tempo...

Cercate ora un compagno con cui effettuare uno scambio di opinioni... Ciascuno parli di come ha reagito al compito assegnato, delle sensazioni provate, di quello che prova adesso, ecc. Avevate informazioni a sufficienza per descrivere la vita del vostro genitore? Che cosa ha determinato la vostra scelta di papà o mamma? Secondo voi quale è stata una situazione davvero difficile per il genitore? Quando è stato particolarmente felice? Vorreste avere una vita simile alla sua? Che cosa direbbero papà o mamma leggendo quello che avete scritto?

Se vi va, ciascuno può anche leggere all'altro quello che ha scritto. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Quale comportamento del genitore scelto dipende molto, secondo il mio punto di vista, dalle particolari circostanze della vita?
- Fino a che punto riesco a capire questo genitore indipendentemente dai miei stessi interessi?
- Vorrei parlare di questo gioco col genitore in questione?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Se il gruppo lo desidera, si può completare ulteriormente il gioco: i ragazzi chiedono al genitore scelto di svolgere lo stesso compito al contrario, descrivendo la vita del figlio. Alla fine essi leggeranno i racconti ad alta voce apportando eventuali integrazioni e correzioni

(Vopel)

OBIETTIVI



Se gli adolescenti vogliono capire i genitori, è necessario che prendano in esame anche il loro ruolo professionale.

In generale, dovrebbe essere meno complicato capire il ruolo professionale del padre che non quello della madre in casa.

La professione viene di solito intesa come un regolare processo di organizzazione e produzione, per il quale si fa ricorso a determinate capacità razionali e che permette di raggiungere successi relativamente misurabili.

In molti casi l'uomo ha la sensazione di avere sotto controllo la propria attività professionale e sa sempre quello che ha ottenuto.

Per la donna, la cui professione principale ancora oggi viene considerata la cura dei figli e della casa, non esistono questi criteri di giudizio. Il suo compito fondamentale è quello di creare un'atmosfera di calore, amore, interesse e comprensione, in modo che i figli trovino la giusta sicurezza. La difficoltà psicologica del ruolo di madre consiste nel fatto che è impossibile intendere dei figli come «prodotti» propri. Una madre che consideri i propri figli come l'uomo fa con i suoi risultati professionali, fallisce nel suo compito. Nel migliore dei casi una madre può dire: «Ho cresciuto i miei figli con amore».

Da ciò sorge il problema che il ruolo di madre non offre alla donna la possibilità di esprimere quegli istinti aggressivi e quel bisogno di controllo e di potere che essa ha esattamente come l'uomo. Quanto più seriamente la donna affronta il ruolo di madre, tanto più profondo sarà il senso della sua sconfitta, soprattutto in un ambiente culturale dove riusciti rapporti interpersonali vengono apprezzati meno di capacità tecnico-professionali.

Questo gioco dovrebbe richiamare l'attenzione degli adolescenti su questa difficoltà, legata a un certo tipo di cultura, e sensibilizzarli alla complessa situazione dei due sessi. Anche l'uomo, infatti, che rivolge la maggior parte delle sue energie alla propria identità professionale, ha i suoi svantaggi, non riuscendo a esprimere il lato femminile del suo carattere.



DAI
16
ANNI

TEMPO



Circa
60
minuti

MATERIALI



Questionario «Ruolo professionale dei genitori». Carta e matita.

RUOLO PROFESSIONALE DEI GENITORI

Rispondi alle seguenti domande.

Considerando gli ultimi 20 anni della vita di tuo padre: quali sono stati i tre più grandi successi da lui conseguiti in campo professionale?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quali sono stati i suoi tre più grandi insuccessi?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Considerando gli ultimi 20 anni della vita di tua madre: quali sono stati i tre più grandi successi da lei conseguiti in campo professionale?

.....

.....

.....

.....

Quali sono stati i suoi tre più grandi insuccessi?

.....

.....

.....

.....

A quali qualità personali o professionali deve tuo padre il suo successo nel lavoro?

.....

.....

.....

.....

A quali qualità personali o professionali deve tua madre il suo successo nel lavoro?

.....

.....

.....

.....

Quali ricompense riceve tuo padre per la sua attività professionale?

.....

.....

.....

.....

Quali ricompense riceve tua madre per la sua attività professionale?

.....

.....

.....

.....

A che cosa deve rinunciare tuo padre?

.....

.....

.....

.....

A che cosa deve rinunciare tua madre?

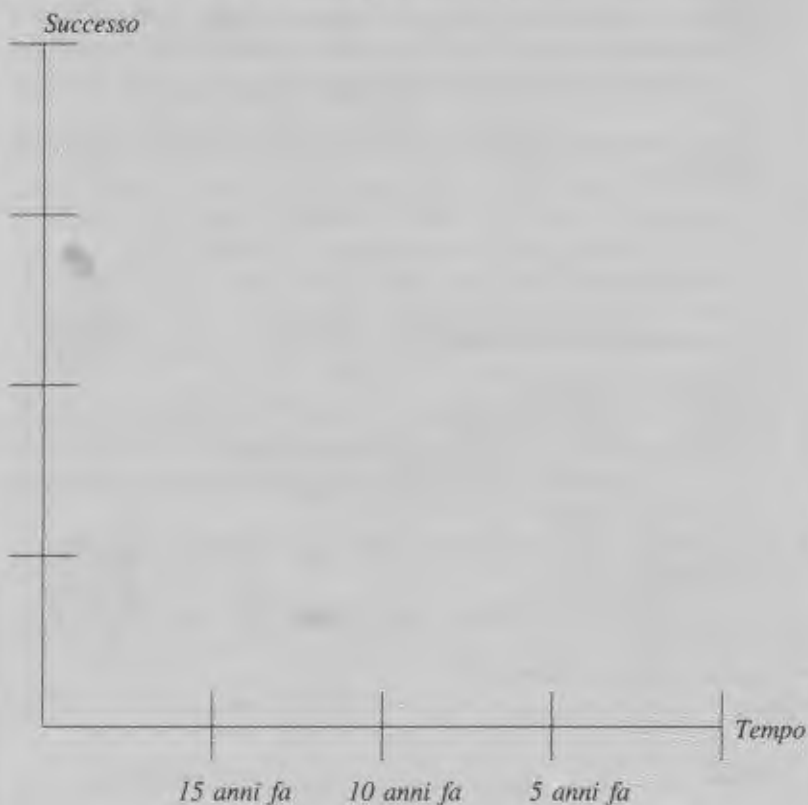
.....

.....

.....

.....

Disegna ora, nel sistema di coordinate riportato qui sotto, due curve che riproducono l'evoluzione della carriera di entrambi i genitori — di papà e mamma — negli ultimi vent'anni. Fa' emergere gli alti e i bassi di questa evoluzione. Usa due colori diversi per le linee di papà e mamma. Scrivi le vicende importanti accanto ai punti corrispondenti delle curve.



Confronta ora le due curve di papà e mamma: che cosa ti colpisce?

.....

.....

.....

.....

.....

ISTRUZIONI



Questo gioco può aiutarvi a capire meglio i vostri genitori. Nello stesso tempo vi aiuterà a individuare alcune delle vostre concezioni sulla vita. Sto parlando dei diversi ruoli che la cultura assegna in campo professionale agli uomini e alle donne.

Ho preparato per voi un questionario da compilare in 30 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Ciascuno esprima le proprie idee e poi provate a scoprire quali sono, nella nostra cultura, i pro e i contro dei ruoli che l'uomo e la donna hanno in campo professionale. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- A quale genitore mi sento più legato al momento?
- In che modo mostro a mio padre la mia approvazione per quello che fa in campo professionale?
- In che modo mostro a mia madre la mia approvazione per quello che fa in campo professionale?
- Vorrei mostrare ai miei genitori quello che ho scritto e parlarne con loro? Come reagiranno?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Nel corso di questo esperimento i partecipanti possono scoprire quali pesi o facilitazioni hanno i genitori di figli adolescenti.

Una delle maggiori difficoltà — e, in alcuni casi, uno dei grossi vantaggi — dovrebbe risiedere nel fatto che i figli che diventano grandi lentamente si staccano dal sistema familiare, creando con i genitori un nuovo tipo di rapporto. Questi infatti non vengono più visti semplicemente come genitori, quanto piuttosto come uomo e donna. Per molte coppie questo fatto provoca una notevole scossa della loro relazione di «madre-padre». E non sempre riesce bene il nuovo stabilimento del rapporto, se non ci sono più i figli come parte integrante della famiglia, né come alleati né come avversari. È utile che l'animatore tenga conto di questo aspetto critico, anche se ne sono consapevoli con questa nitidezza pochissimi ragazzi o genitori.



PARTECIPANTI

 DAI
18
 ANNI

TEMPO


 Circa
 55
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Questo gioco può aiutarvi a capire meglio i genitori e forse, di tanto in tanto, ad avere più tolleranza nei confronti loro e delle difficoltà che essi incontrano come genitori di figli adolescenti.

Diventando sempre più indipendenti, voi tendete naturalmente a mettere in discussione in molti punti l'autorità e il potere decisionale dei genitori. I vostri valori spesso non concordano con il loro punto di vista, e inesorabilmente si fa loro notare che stanno invecchiando e che li superate quanto a forza e vitalità.

In un certo senso costringete i genitori ad ammettere che niente dura nel tempo. Inoltre, modificate i rapporti tra i componenti della famiglia. Vi rivolgete sempre di più verso l'esterno, lasciandovi indietro entrambi i genitori. Quando ve ne andate, date loro la chance di guardarsi negli occhi. Per fortuna i genitori acquistano anche diverse libertà, quando voi pian piano diventate grandi. Col tempo avete imparato molte regole del gioco della vita, perciò non dovete più essere protetti e controllati. I genitori possono gioire dei vostri successi e considerare imminente il giorno in cui non dovranno più mantenervi materialmente, anzi, alla fine, forse potranno permettersi qualcosa di più. Inoltre li fate sentire non più solo come mamma o papà; i genitori hanno di nuovo più tempo l'uno per l'altro, come all'inizio del loro rapporto.

Dopo esservi divisi in gruppetti, pensate a quali pesi o facilitazioni hanno oggi i genitori di figli adolescenti.

Dividetevi in gruppi di sei...

Scrivete due elenchi, uno che riguarda i pesi e l'altro gli alleggerimenti. Potete segnare tutti i punti che individuate. Dividetevi il tempo a disposizione in modo da poter trovare tre punti che secondo voi costituiscono tre grossi pesi o tre fondamentali facilitazioni. Avete in tutto 45 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

(Si lasci che i gruppi pensino ai loro sei punti principali e motivino la loro scelta).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quali sono i problemi più grandi che la mia crescita crea ai miei genitori?
- Quali sono le maggiori libertà di cui i miei genitori godono, ora che sto diventando grande?
- Quanta responsabilità vogliono ancora assumersi per me i miei genitori? È giusta, secondo me? È troppa o troppo poca?
- Quand'è che i genitori non sono più responsabili dei loro figli?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Gli adolescenti, in generale, possono attuare completamente il loro distacco dalla famiglia se, contemporaneamente, grazie a opportune «regole di gioco», essi hanno a disposizione un campo d'azione sufficientemente stabile, che eviti loro responsabilità eccessive o insufficienti.

L'adulto che lavora con adolescenti, da un lato dovrà tener presente che questi ragazzi devono emanciparsi dall'autorità dei genitori, dall'altro dovrà rendersi conto che questa emancipazione sarà un processo lento, durante il quale entrambi i genitori detengono ancora il «potere» familiare. Solo nel confronto con i genitori «sovrani», l'adolescente con buona coscienza può mettere alla prova la propria forza e abbandonare gradualmente la famiglia. L'adolescente che, alleandosi con uno dei genitori, incomincia presto a svalutare e esautorare l'altro, dovrà pagare a caro prezzo un simile atteggiamento, soprattutto se si tratta del genitore del suo stesso sesso.

Il meglio che un adolescente possa avere, sono genitori maturi e sicuri quanto basta per tenere saldamente in mano le redini della famiglia, e comprensivi quanto basta per discutere con i figli delle cose importanti per lo sviluppo della loro personalità.

Alcune concezioni superficiali, legate al concetto di educazione anti-autoritaria, non tengono conto dei sensi di colpa o dei problemi di identità che si vengono a creare, quando ragazzi o adolescenti intraprendono una lotta di potere con i genitori e perdono troppo presto il rispetto per la loro autorità. Questo gioco dovrebbe aiutare gli adolescenti a riflettere insieme con altri sui diritti e doveri della loro età.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
50
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



In questo gioco parleremo dei vostri diritti e dei vostri doveri nei confronti dei genitori.

Più diventate grandi, più vedrete, probabilmente, che vi vengono concessi maggiori diritti o che anche voi ne rivendicate di più. Nello stesso tempo avrete già notato che, in ogni caso, con l'età sono aumentati anche i doveri. Probabilmente alcuni di voi avranno già scoperto una particolare legge psicologica, e cioè che chi può godere completamente dei propri diritti, prende seriamente anche i propri doveri. Chi invece si preoccupa esclusivamente dei propri diritti, non sarà molto felice, per il semplice fatto che ignora un bisogno fondamentale che ognuno di noi ha: rendere giustizia anche agli altri. Per prima cosa scrivete tutti i diritti che secondo voi, alla vostra età, avete o vi dovrebbero essere riconosciuti dai genitori. Scrivete quello che vi viene in mente. Avete 10 minuti di tempo...

Ora scrivete tutti i doveri che pensate di avere nei riguardi dei genitori o che i genitori si aspettano che voi adempiate. Avete altri 10 minuti...

Ora dividetevi in gruppi di quattro... Redigete un elenco generale di diritti e di doveri che contenga, per ciascuna delle due divisioni, dieci punti. Ordinate questi singoli punti secondo una classifica, in modo che il n. 1 sia il vostro diritto o dovere più importante, ecc. Avete 30 minuti di tempo... Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

(Si lasci che i gruppi elaborino e spieghino brevemente i loro elenchi).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- C'è chiarezza nella mia famiglia a proposito dei diritti e doveri che ho nei confronti dei miei genitori?
- I miei genitori dicono chiaramente che cosa si aspettano da me?
- Dico chiaramente quello che pretendo per me?
- Ne discutiamo? In che modo?

- I miei genitori sono d'accordo sulla posizione da assumere nei miei confronti a questo proposito?
- Fino a che punto mi servo, a turno, di uno dei miei genitori per andare contro l'altro? Qual è il prezzo che eventualmente pago per questo?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Come giudico l'atmosfera della mia famiglia rispetto alle famiglie di altri componenti del gruppo?
- Come sono disciplinati diritti e doveri dei ragazzi di questo gruppo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Le famiglie sono tanto più unite quanto più di pari «valore» si sentono entrambi i genitori. In questo caso essi si dividono il potere e non hanno bisogno di «contrarre alleanze» con i figli contro il loro compagno.

Queste alleanze con uno dei genitori contro l'altro di solito sono molto negative per i figli. Questi svalutano molto il genitore contro cui combattono, portandosi poi dietro dei sensi di colpa, perdono il rispetto per se stessi o la considerazione dell'altro sesso, e oltre a ciò impediscono il raggiungimento di un'intesa tra i genitori.

Questo gioco dovrebbe aiutare gli adolescenti a osservare con maggior precisione la divisione del potere tra i genitori e a vedere fino a che punto essi stessi si lasciano usare come «truppe ausiliarie».



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 70
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Questo gioco ha come tema la politica della vostra famiglia. Parlando in linguaggio figurato, si può paragonare la famiglia a uno stato nel quale ci sono un governo e dei cittadini. Questi cittadini non hanno eletto il loro governo; in compenso però vengono amati da questo. Fortunata-

mente il governo è composto da due persone, così da prevenire qualunque forma di assolutismo. Entrambi possono e dovrebbero integrarsi, aiutarsi a vicenda e dividersi il potere, così da poter agire per il bene del piccolo stato, la famiglia.

Nella realtà le cose non vanno sempre bene come le ho descritte.

Quello che voglio proporvi è un gioco basato sulla fantasia, con cui potrete analizzare i rapporti nella vostra famiglia...

Mettetevi seduti comodamente e chiudete gli occhi per concentrarvi meglio... Concentratevi sul vostro corpo... Soffermatevi sulla vostra interiorità e scoprirete che cosa succede di voi... (30 secondi).

State comodi... Provate a mettervi in una posizione ancora più comoda... Vi sentite rilassati?... Se qualche parte del vostro corpo è ancora tesa, provate a lasciarla andare... Se non ci riuscite, muovetela con forza e poi lasciatela andare. Fatelo diverse volte... (30 secondi).

Ora fate attenzione al vostro respiro... Come respirate?... Sentite l'aria attraversare il naso o la bocca... Sentitela passare, attraverso la gola, nel petto e nello stomaco. Ora immaginate che il vostro respiro vada e venga come un'onda leggera sulla riva del mare e che, ad ogni respiro, un po' di tensione abbandoni il vostro corpo... Guardate come vi rilassate sempre di più... (30 secondi).

Immaginate ora una grossa altalena, come ce ne sono in molti parchi... Nella fantasia, mettete papà su un'estremità dell'altalena e mamma sull'altra. Osservate attentamente che cosa succede, che cosa fanno i due e come si muove la grossa trave dell'altalena... (1 minuto).

Fate fermare, in qualche modo, l'altalena... In che posizione si viene a trovare dopo che la trave si è fermata?...

Ricordatevi di quello che vedete adesso e aprite subito gli occhi...

Fate adesso un piccolo schizzo dell'immagine che per ultima avete visto nella vostra mente. Avete 5 minuti di tempo...

Ora pensate un attimo in che cosa dominano papà e mamma nella vostra famiglia. Accanto alle due figure del vostro schizzo, scrivete le cose e i campi nei quali il genitore in questione decide, nei quali ha più influenza dell'altro. Indicate anche i mezzi con cui egli esercita la propria autorità, se ad esempio, per così dire, batte i pugni sul tavolo e dice: «Si fa così!», oppure se provvede a imporre la sua volontà versando parecchie lacrime. Le cose in cui entrambi i genitori hanno molto potere, scrivetele sopra, al centro della trave dell'altalena. Avete 15 minuti di tempo a disposizione...

Ora pensate al ruolo che voi stessi avete nell'esercizio e nella ripartizione dei poteri dei genitori. Appoggiate prevalentemente uno dei due genitori? Appoggiate entrambi alternativamente?... Lasciate che i genitori risolvano da soli le loro discussioni, rimanendone al di fuori?...

Ritraete, allora, voi stessi nel disegno al posto giusto. Avete 5 minuti di tempo...

Chiedetevi ora che cosa ricevete per il ruolo che occupate e che cosa dovete dare in cambio. Scrivete in una frase quello che vi viene in mente. Avete 5 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro...

Prima parlate di quello che avete sempre pensato finora a proposito del principio della ripartizione del potere tra i genitori. Ritenevate che l'uomo dovesse guidare il governo e la donna avere una carica di ministro? O pensavate che la donna dovesse essere il capo? O eravate dell'opinione che i due dovessero dividersi gli affari di governo? Qual è l'opinione ufficiale della vostra famiglia sull'argomento? E questo, come viene affrontato in realtà? Dopo aver discusso, potete parlare del ruolo che avete nell'ambito della politica familiare e, se volete, potete poi mostrare i vostri disegni. Avete 30 minuti di tempo per questo scambio di idee...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Si parla mai a casa di questioni di potere?
- Mi sono già occupato nei dettagli di questo argomento?
- Adesso vedo le cose diversamente da prima?
- Come possono proteggersi gli adolescenti da prese di parte unilaterali?
- L'immagine che avevate nella fantasia si adatta alla «divisione del potere» messa per iscritto?
- Da cosa posso dire che non esiste lo stesso peso decisionale in un particolare ambito?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Forse, al momento opportuno, si può richiamare l'attenzione sul fatto che tutte le affermazioni circa posizioni più forti o più deboli corrispondono al nostro modo solito di vedere le cose, ma in fondo non sono di molto aiuto. Il compagno debole ha, di solito, la stessa autorità di quello forte. Molto più importante è la questione se i genitori litigano continuamente, se questo accade di nascosto o alla luce del sole e se i figli vengono inclusi come alleati.

Per gli adolescenti è essenziale prima di tutto stabilire se essi vogliono farsi includere in tali conflitti o no.

Per l'animatore

I diversi esercizi di rilassamento che vengono presentati (21-24) non sono finalizzati solamente allo stabilirsi di uno stato emotivo di tranquillità e benessere, ma anche al crearsi di una situazione che permetta l'allentarsi della razionalità e delle difese per far emergere emozioni, pensieri, fantasie, vissuti sui quali lavorare nella fase successiva per permettere così a coloro che partecipano al gioco di prendere coscienza di alcuni aspetti personali legati all'argomento che si sta trattando.

La trave, in questo gioco, rappresenta quasi un ago che serve per rendersi conto di chi tra i genitori sembra avere più potere (la persona che sta in alto) e chi invece ne ha di meno (la persona che sta in basso sull'altalena).



(Vopel)

OBIETTIVI



Molti genitori istintivamente temono il confronto con il partner e le difficoltà e delusioni che potrebbero conseguirne, una volta che i figli vanno via di casa. Per questo motivo essi, spesso inconsapevolmente, tentano in molti modi di legare i figli a sé o al sistema familiare.

Se i rapporti di forze all'interno di una famiglia sono regolati in modo non chiaro, aumenta la possibilità che siano gli adolescenti a essere sacrificati, e che essi evitino la destabilizzazione della famiglia rimanendo all'interno di essa più del dovuto o andandosene prima di essere interiormente pronti a questo passo.

Anche in questo caso è il ragazzo che viene sacrificato, ed egli sconta il più delle volte il suo gesto con difficoltà che gli capitano nella vita e che permettono ai genitori di considerarlo ancora un bambino.

Questo gioco dovrebbe indurre gli adolescenti a esaminare il più chiaramente possibile la situazione che si viene a creare tra i genitori nel momento in cui nessun figlio può permettere di evitare il confronto tra padre e madre. Essi dovrebbero chiedersi fino a che punto tendono a evitare problemi ai genitori, lasciando la famiglia troppo presto o troppo tardi.



PARTECIPANTI

 DAI
18
 ANNI

TEMPO


 Circa
 40
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.



Vi propongo un gioco basato sulla fantasia, che può aiutarvi a capire e a superare il difficile processo di trasformazione della vostra famiglia d'infanzia.

Molti di noi sono estremamente legati alla famiglia. Per molte cose siamo grati ai nostri genitori: per il loro comportamento e anche per gli errori che hanno commesso. Vorremmo che stessero sempre bene, e temiamo che la nostra lenta crescita possa cambiare completamente la famiglia, costringendo i genitori a cambiare anche la loro vita.

Ci chiediamo quale sia il momento giusto per dichiararci adulti. Farlo troppo presto può creare problemi ai genitori e a noi stessi; farlo troppo tardi può danneggiare noi stessi e forse anche i genitori. Nessuno può sbarazzarci di questo problema, nessuno può dichiararci adulti. Solo noi possiamo farlo.

A questo proposito c'è un nesso difficilmente spiegabile tra la valutazione della nostra maturità e la valutazione della maturità dei nostri genitori. Dentro di noi, abbiamo lentamente scoperto che nessuno mai diventa completamente adulto, e che anche i nostri genitori non costituiscono certo un'eccezione. Se pensiamo che in un certo qual modo i nostri genitori hanno bisogno di molta protezione, allora, qualche volta, facciamo il sacrificio di agire come se anche noi, da parte nostra, avessimo ancora bisogno della loro protezione. Per farvi approfondire meglio questa questione, vorrei proporvi di guardare un attimo nel futuro e di immaginare che cosa accadrà ai genitori quando, un giorno, tutti i figli saranno andati via di casa ed essi si ritroveranno soli.

Mettiti comodo, seduto o sdraiato per terra...

Ora chiudi gli occhi e concentrati sul tuo corpo...

Cerca di scoprire che cosa succede dentro di te... (30 secondi).

Stai comodo?... Prova a metterti in una posizione ancora più comoda... Ti senti rilassato?... Se qualche parte del tuo corpo è ancora tesa, prova a lasciarla andare... Se non ci riesci, muovila con forza e poi lasciala andare. Fallo diverse volte... (30 secondi).

Ora fa' attenzione al tuo respiro... Come respiri?... Senti l'aria attraverso il naso o la bocca... Sentila passare, attraverso la gola, nel petto e nello stomaco...

Ora immagina che il tuo respiro vada e venga come un'onda leggera sulla riva del mare e che, ad ogni respiro, un po' di tensione abbandoni il tuo corpo... Guarda come ti rilassi sempre di più... (30 secondi).

Immagina ora che l'ultimo figlio abbia lasciato la casa dei genitori.

Questi sono soli nella loro casa... Guarda esattamente che cosa fanno. Sono nella stessa stanza o in due stanze diverse? Di che umore è la madre? Di che umore è il padre?...

Che cosa esprimono i loro volti e la posizione del loro corpo?... Parlano tra loro? Che cosa dicono?...

Osservali per un po'... (1 minuto).

Fai che i genitori adesso si siedano per parlare di come sfruttare insieme il tempo loro rimasto. Che idee ha ciascuno di loro a tal riguardo? Che cosa si aspettano l'uno dall'altra? Che speranze e timori ci sono?... Chi inizia a parlare? Che cosa dice la sua voce oltre i sentimenti espressi?... Come reagisce l'altro e che cosa dice in proposito?... Come prosegue la conversazione?... (1 minuto).

Mentre i genitori conversano, fa' attenzione alle tue sensazioni. Sei fiducioso che i tuoi genitori, da soli, staranno bene l'uno con l'altro? Ti fa pena uno dei due? Entrambi? Senti il dovere di aiutarli?...

Riusciresti, in coscienza, a dire ai tuoi genitori: «Dovete decidere da soli che cosa fare in futuro»?... (1 minuto).

Lascia adesso la casa dei tuoi genitori e torna con la mente al gruppo. Apri gli occhi e guardati intorno... (30 secondi).

Prendete ora un foglio di carta e provate a dare alle vostre esperienze di fantasia una forma che vi aiuti ad assumere un atteggiamento interiore più distaccato, e nella quale possiate esprimere il vostro rispetto nei confronti dei genitori e dare espressione alla inevitabile situazione di distacco.

Scrivete una poesiola nella forma che preferite. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico... Ciascuno, a turno, esprima brevemente quello che prova al momento. Forse, successivamente, qualcuno sarà disposto a parlare più a lungo delle proprie esperienze ed eventualmente anche a leggere la sua poesia ad alta voce...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho già riflettuto, qualche volta, su questa situazione?
- Abbiamo già parlato a casa di questa situazione?
- Fino a che punto mi sento responsabile dei miei genitori?
- Fino a che punto i miei genitori (o uno di essi) tendono a legarmi a loro?
- Fino a che punto i miei genitori (o uno di essi) tendono ad allontanarmi dal «nido»?
- Fino a che punto tendo io stesso a restare troppo a lungo o ad andarmene troppo presto?
- Come posso trovare il momento giusto per il distacco?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Doveri non assolti spesso ostacolano la nostra capacità di staccarci. Allora ci occupiamo con la mente — e in parte a livello inconscio — delle persone con cui non siamo giunti a un'intesa; e questa stessa energia ci manca poi nel caso di nuovi importanti contatti.

Tra i doveri non assolti della giovinezza c'è il fatto che gli adolescenti chiudono gli occhi davanti a determinati fattori che riguardano o il rapporto tra i loro genitori o il rapporto tra questi ultimi e lo stesso figlio in crescita. Spesso gli adolescenti ne hanno una vaga idea, ma contribuiscono anche loro a che tali segreti non vengano rivelati.

Questo gioco dovrebbe indurre i ragazzi ad approfondire meglio questi misteri e, nello stesso tempo, a capire che tali segreti esistono in quasi tutte le famiglie.



PARTECIPANTI

DAI
18
ANNI

TEMPO



Circa
40
minuti

MATERIALI



Carta e matita.



Questo gioco può aiutarvi a riflettere da soli e con chiarezza sulla vostra famiglia.

Per i bambini piccioli, le illusioni qualche volta sono importanti per poter affrontare la vita. Ad esempio, un bambino che viene rifiutato da un genitore, riuscirebbe difficilmente ad accettare dal papà o dalla mamma una frase del tipo: «Non ti voglio bene».

Quando ci facciamo più grandi, diventa rischioso invece per noi non guardare in faccia la realtà. Perché essere adulti significa avere a disposizione quante più informazioni possibile per poter prendere decisioni motivate. Per fortuna tutti voi avete le qualità necessarie per procurarvi da soli informazioni importanti, cioè curiosità, intuito e giudizio. Potrete adoperarle nel corso di questo gioco di fantasia.

Mettiti comodo, seduto o sdraiato a terra...

Ora chiudi gli occhi e concentrati sul tuo corpo...

Cerca di scoprire che cosa succede dentro di te... (30 secondi).

Stai comodo?... Prova a metterti in una posizione ancora più comoda...

Ti senti rilassato?... Se qualche parte del tuo corpo è ancora tesa, prova a lasciarla andare... Se non ci riesci, muovila con forza e poi lasciala andare. Fallo diverse volte... (30 secondi).

Ora fa' attenzione al tuo respiro... Come respiri?... Senti l'aria attraverso il naso o la bocca... Sentila passare, attraverso la gola, nel petto e nello stomaco...

Ora immagina che il tuo respiro vada e venga come un'onda leggera sulla riva del mare e che, ad ogni respiro, un po' di tensione abbandoni il tuo corpo... Guarda come ti rilassi sempre di più... (30 secondi).

Ora immagina che sia giunto per te il momento di iniziare la tua prima attività professionale autonoma, in una città insomma che sia molto lontana dalla tua patria...

L'ultima sera, a casa, sei seduto con i tuoi genitori nel soggiorno ed essi si offrono di esaudire un tuo desiderio...

Tu decidi di volere una risposta sincera a una domanda per te importante. Concentrati un momento su una domanda su cui hai già rimuginato in segreto e la cui risposta ora è per te particolarmente importante...

Qual è questa domanda e a chi vorresti rivolgerla?... Adesso dilla... Come reagisce il genitore interpellato? Dice qualcosa?... Come diventa l'espressione del suo volto, i suoi gesti e il suo modo di parlare?... (30 secondi).

Che cosa vorresti dire in proposito?... Parla con i tuoi genitori e fa' proseguire il dialogo con loro... (1 minuto).

Ora poni fine alla conversazione, e se sei interiormente disposto ringrazia i genitori per l'informazione sincera...

Ritorna con la mente al gruppo e apri gli occhi...

Dividetevi in gruppi di quattro... Ciascuno esprima le proprie idee e dica agli altri quello che prova al momento e che cosa ha significato per lui fare la sua domanda. Pensate al significato che ha, per voi, parlare di questo esercizio con gli altri tre membri del gruppo. Pensate di poterlo fare o ritenete di agire slealmente nei confronti della famiglia? Se siete disposti, ditevi anche le domande che avete posto nella vostra fantasia e parlate delle reazioni dei genitori. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho già discusso prima della mia domanda con fratelli o amici?
- Che vantaggi ricavo dal fatto che finora non ho posto questa domanda ai miei genitori?
- Quali svantaggi?
- Voglio davvero porre loro questa domanda, per vedere quanto corrisponde alla realtà la risposta da loro datami nella fantasia?
- Fino a che punto, nella vita, faccio domande importanti ad altri, cioè fino a che punto evito simili «questioni scottanti»?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Dovrebbero fare questo gioco solo animatori esperti, in grado di poter assistere i ragazzi anche nel caso di risposte molto dure e spiacevoli da parte dei genitori.

(Vopel)

OBIETTIVI



La giovinezza si accompagna alla tristezza per la perdita del paradiso dell'infanzia e per il graduale distacco da genitori e fratelli. Questa tristezza è inevitabile e può essere notevolmente ridotta prendendo coscienza delle cose positive che ci portiamo dietro dall'infanzia nella nostra vita di adulti. Questo esercizio sottolinea la continuità di queste cose positive, e concentra l'attenzione dei ragazzi su ciò che di fondamentale essi hanno già ricevuto dai genitori o ancora desiderano da loro.



PARTECIPANTI

 DAI
18
 ANNI

TEMPO


 Circa
 10
 minuti

ISTRUZIONI



Questo gioco riprende alcuni temi della vostra età. Durante l'adolescenza, voi ampliate continuamente il vostro spazio vitale. Diventate più abili, più autonomi, conoscete posti e persone sempre nuovi. Ciò spinge troppo facilmente voi stessi, e anche gli adulti, a trascurare il fatto che la vostra età rappresenta anche una lunga fase di distacco, e che voi spesso siete malinconici o tristi dentro, perché venite, per così dire, «cacciati» dal paradiso dell'infanzia. E ciò significa che dovete distaccarvi piano piano dalla vostra famiglia, da papà, mamma e fratelli. Fortunatamente tutti noi abbiamo ricevuto abbastanza per poter affrontare la vita. Per molti questo è stato troppo, per altri forse rimangono desideri che i genitori non hanno ancora esaudito. Nel seguente gioco di fantasia vorrei dar modo a tutti di ricevere dai genitori qualcosa di più. Mettiti comodo, seduto o sdraiato a terra... Ora chiudi gli occhi e concentrati sul tuo corpo...

Cerca di scoprire che cosa succede dentro di te... (30 secondi).
Stai comodo?... Prova a metterti in una posizione ancora più comoda...
Ti senti rilassato?... Se qualche parte del tuo corpo è ancora tesa, prova a lasciarla andare... Se non ci riesci, muovila con forza e poi lasciala andare. Fallo diverse volte... (30 secondi).
Inspira ed espira profondamente e rilascia il tuo corpo... (30 secondi).
Adesso inspira lentamente. Riempi d'aria prima lo stomaco e poi il petto...
Espira lentamente e sgonfia il petto e poi lo stomaco...
Fa' andare e venire il respiro come l'alta e la bassa marea. Ad ogni respiro ti riempi d'energia. Senti come respiri profondo e con tranquillità; l'energia entra ed esce. Prova a sentire il respiro mentre va e viene... (1 minuto).
Immagina di intraprendere un lungo viaggio e di non sapere se e quando tornerai... Hai festeggiato la partenza a pranzo con la tua famiglia e adesso siete seduti e ne parlate insieme...
I tuoi genitori ti dicono di aver preparato per te un regalo d'addio e di volertelo dare. Entrambi vanno nella stanza accanto, tornano con in mano un pacchetto e te lo danno. Ti dicono di averti voluto rendere felice con il regalo, ma di non considerarlo come un vincolo. Te lo danno semplicemente perché sei il loro figlio...



Sei curioso e apri il pacchetto lentamente...

Che cosa vi trovi dentro?... Osservane bene il contenuto... Che significato ha per te questo regalo?... Per cosa lo puoi usare?... (1 minuto).

Ora ringrazia i genitori e lentamente torna con la mente qui, nel gruppo...

Apri gli occhi e guardati intorno...

Chi vuole raccontarci qualcosa delle proprie fantasie?...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Il regalo è più o meno come quelli che ricevo di solito dai miei genitori o era qualcosa di nuovo?
- Cosa vorrei regalare ai miei genitori in occasione di una partenza del genere?
- Che cosa mi hanno voluto dire i miei genitori con questo regalo?
- Che cosa avrei voluto se i miei genitori me lo avessero chiesto?
- Qual è la cosa migliore che posso regalare a me stesso?
- Che cosa vorrei dire ancora?

una storia



OGGETTO

È un gioco di società che simboleggia i rapporti interpersonali di una particolare fase della vita di gruppo. È un gioco di società che simboleggia i rapporti interpersonali di una particolare fase della vita di gruppo. È un gioco di società che simboleggia i rapporti interpersonali di una particolare fase della vita di gruppo.

AMORE E AMICIZIA

Nei giochi di società si può arrivare all'obiettivo più o meno rapidamente. In questo gioco si può arrivare all'obiettivo più o meno rapidamente. In questo gioco si può arrivare all'obiettivo più o meno rapidamente.



PARTECIPANTI



TEMPO



MATERIALI

Carte e dado

ISTRUZIONI

È un gioco di società che simboleggia i rapporti interpersonali di una particolare fase della vita di gruppo. È un gioco di società che simboleggia i rapporti interpersonali di una particolare fase della vita di gruppo. È un gioco di società che simboleggia i rapporti interpersonali di una particolare fase della vita di gruppo.

(da Maue)

OBIETTIVI



L'amicizia e l'amore caratterizzano rapporti interpersonali di una particolare qualità. Essi ci permettono di esprimere messaggi e sentimenti profondi. Ciò che è fondamentale già per relazioni meno profonde (il fatto cioè che dare e avere siano una componente essenziale di qualunque tipo di rapporto interpersonale) vale ancor più in questo caso. Chi dà o prende soltanto, avrà grossi problemi in amore e in amicizia, Perché finisce con lo scontrarsi con l'altra persona che invece si lascia coinvolgere dal ritmo naturale dello scambio.

Nel corso di questo gioco poco strutturato, gli adolescenti possono capire quale sia il loro atteggiamento nei confronti del dare e dell'avere, e acquisire una maggiore consapevolezza degli effetti psicologici che ne conseguono.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 40
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



(Si presenti questo gioco nella riunione precedente).

Vi presento ora un gioco al quale prenderete parte nella prossima riunione. Si tratta di un gioco particolare, per il quale dovrete fare qualcosa di extra. Ognuno di voi porterà con sé cinque oggetti di sua proprietà: vecchi oggetti

che non usate più o anche oggetti che hanno un significato per voi. Dovete tener presente che dopo l'esperimento questi oggetti non vi apparterranno più. Al loro posto, infatti, avrete qualcos'altro.

A casa, perciò, pensate attentamente a cinque oggetti che volete portare con voi alla prossima riunione...

(Nella riunione successiva).

Vi spiego ora il gioco che vi ho presentato la volta scorsa. Si tratta di quello che più o meno succede nella vita reale: daremo qualcosa e ci prenderemo qualcos'altro. Potrete rendervi conto di come vi sentite in circostanze del genere e di come agite.

Prima di tutto mettete i vostri cinque oggetti a terra, accanto al vostro posto, poi scrivete il vostro nome su un foglio di carta che metterete accanto ad essi...

Ecco ora le regole del gioco: durante il suo svolgimento non si potrà parlare. Non potrete comunicare nemmeno a gesti. Potrete lasciare subito il vostro posto e iniziare a barattare gli oggetti. Potrete sempre dar via uno dei vostri oggetti in cambio di uno altrui. Potrete far ciò senza chiedere il consenso del proprietario. Vedete cosa vi piace e cosa siete disposti a dare in cambio. Dopo aver effettuato un baratto, portare l'oggetto scambiato al vostro posto.

Ora può succedere che un oggetto da voi preso susciti l'interesse anche di un altro membro del gruppo e dunque venga a sua volta preso da questi. Voi potrete riappropriarvi una seconda volta di questo oggetto, «riprendendolo» al nuovo proprietario. È importante che portiate in giro con voi un solo oggetto alla volta, in modo che al vostro posto ci siano sempre almeno quattro oggetti. Avete 30 minuti di tempo. Se ciascuno di voi sarà completamente soddisfatto dei propri baratti prima dello scadere dei 30 minuti, ovviamente ci fermeremo.

Avete capito le regole?... Allora iniziate con gli scambi... (30 minuti). Osservate ora i vostri oggetti... Siete soddisfatti? Pensate, nel complesso, di aver preso in maniera proporzionale a quel che avete dato? Avete più di prima? Pensate di avere di meno?

Avete preso quello che volevate avere? Quanto vi siete accaniti per possedere un determinato oggetto? Vi è stato facile separarvi dai vostri oggetti? Avete portato oggetti che significavano qualcosa per voi o solo cianfrusaglie? Che pensate degli oggetti che hanno portato gli altri?

Adesso avete solo oggetti che vi siete procurati voi stessi o avete accettato anche oggetti che, al momento dello scambio, vi hanno dato gli altri?

Scrivete in alcune frasi cosa vi sembra importante del vostro comportamento e dei vostri sentimenti.

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Nei rapporti profondi con altre persone sono più propenso a dare o a prendere?
- Che cosa ho imparato nella mia famiglia sul dare e l'aver?
- In amore e in amicizia ricevo abbastanza?
- Che cosa ho da dare io in amore e in amicizia?
- Fino a che punto il mio comportamento in questo gioco corrisponde al mio comportamento di sempre?
- Come mi sono sentito durante il gioco? Che cosa mi ha fatto piacere? Che cosa mi ha irritato?
- Sono stato più attivo o più passivo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Se si ha abbastanza tempo, si dovrebbe concludere l'esercizio solo quando tutti siano soddisfatti dei propri oggetti.

(da Krupar)

OBIETTIVI



Anche questo gioco aiuta gli adolescenti ad analizzare il proprio atteggiamento nei confronti del dare e dell'avere.

A differenza del gioco precedente, qui le singole «transazioni» sono più dirette e più chiare per i vari partecipanti. Il gioco presuppone un più alto grado di maturità.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 55
 minuti

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



(Nella riunione precedente si invitino i ragazzi a portare, la volta successiva, dieci monete a testa).

Nel corso di questo gioco potrete vedere che reazioni avete quando date ad altri qualcosa di vostro o quando ricevete qualcosa. Potrete anche scoprire cosa vuol dire prendere qualcosa o vedere gli altri prendere qualcosa di vostro. Preobabilmente ciò sarà più facile per chi, tra voi, ha fratelli e sorelle, che non per i figli unici.

Prima pensate con quali partecipanti volete giocare, formando un gruppo di sei persone. Chi vi incuriosisce?... Dividetevi in gruppi di sei e sedetevi a terra in cerchio...

Prima scrivete in alcune frasi cosa pensate di voi stessi in merito alla questione del dare e dell'avere. Come vi comportate ogni giorno a casa e con gli amici? Vi riesce più facile prendere o dare? Che cosa vi hanno insegnato i vostri genitori a questo proposito? Che cosa è difficile per voi? Che cosa vorreste cambiare? Avete 10 minuti di tempo per rispondere a queste domande...

Ora mettete a terra, davanti a voi, dieci monetine. Le monete hanno qui un valore simbolico, poiché rappresentano le cose che noi diamo agli altri, come ad esempio rispetto, stima, amicizia, affetto, ecc.

Nel primo giro potrete dare agli altri membri del vostro gruppo tutte le monete che volete. In questo giro si può solo dare. Sta a voi decidere a quanti membri del gruppo volete dare le monete. Si procede uno alla volta. Per questo primo giro avete 6 minuti di tempo...

Adesso fermatevi e scambiatevi dei pareri: che cosa è successo? A chi avete dato qualcosa? Perché? Come vi siete sentiti mentre davate? Quando siete diventati attivi? Avete distribuito il vostro denaro in parti uguali o avete fatto delle preferenze? Come vi siete sentiti mentre ricevevate qualcosa? Vi aspettavate di ricevere qualcosa da questo o da quel membro del gruppo? Le persone che vi interessano hanno tenuto conto di voi come desideravate? Come date nella vita di tutti i giorni? Che cosa date? Che cosa riceve nella vita di tutti i giorni? È abbastanza? Avete 15 minuti di tempo per discutere questi punti...

Ora fermatevi e cominciate il secondo giro. Adesso potete prendere dagli altri tutte le monete che volete. Sarete voi stessi a decidere da quali membri del gruppo volete prendere qualcosa. Anche qui si procederà uno alla volta. Avete altri 6 minuti di tempo...

Ora scambiatevi le vostre impressioni: che cosa è successo stavolta? Da chi avete preso qualcosa? Perché? Come vi siete sentiti mentre prendevate? Quando siete diventati attivi? Avete preso monete in egual misura da tutti i membri del gruppo o avete fatto delle preferenze? Come vi siete sentiti mentre vi veniva preso qualcosa? Avevate previsto che questo o quel membro del gruppo si sarebbe preso qualcosa da voi? Hanno preso qualcosa da voi le persone che desideravate? Come prendete voi stessi nella vita di tutti i giorni? Che cosa prendete? Che cosa prendono gli altri da voi nella vita di tutti i giorni? Prendono abbastanza? Avete altri 15 minuti di tempo per discutere questi punti...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Il mio comportamento durante il gioco è conforme a quanto ho scritto prima su me stesso?
- Sono soddisfatto del mio comportamento in questo ambito?
- Che cosa mi rende difficile prendere?
- Che cosa mi rende difficile dare?
- Ci sono, nella mia famiglia, frasi proverbiali su questo argomento («È meglio dare che avere», ecc.)?
- Che ruolo ha, nel dare e nell'avere, il mio bisogno di controllo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Con ragazzi più grandi si può rendere il gioco ancora più realistico, permettendo ad ognuno di loro di portare un numero di monete a piacere.

(da Saretzky)

OBIETTIVI



Questo gioco ha per oggetto ancora il tema del dare e dell'avere, trasferito però sul piano dell'amicizia e dell'amore.

Uno degli aspetti più importanti di un rapporto d'amicizia o d'amore è il fatto che ciascuno di noi fa emergere, davanti all'altra persona, dei lati fondamentali del proprio carattere e della propria identità, e il fatto che questa stessa persona ci capisce. Con il suo comportamento infatti essa mostra di averci compreso perfettamente e di apprezzare ciò che le mostriamo della nostra personalità.

Nel corso di questo gioco i ragazzi potranno vedere da quali altri membri del gruppo si sentono così apprezzati da essere disposti a confidarsi con loro.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 10
 minuti

MATERIALI



Monete.

ISTRUZIONI



(Nella riunione precedente si invitino i ragazzi a portare, la volta successiva, tre monete: una da 10, una da 100 e una da 500 lire).

Questo gioco è incentrato su due domande fondamentali: «chi sono io?» e «a chi voglio bene?».

Prendete in mano le tre monete che avete portato e guardatele un attimo

con attenzione. Toccatele, soffermatevi sulla loro forma, sul loro peso e sul colore. Leggete quello che è scritto su entrambi i lati...

Ora chiudete gli occhi e toccatele tutte e tre. Provate a scoprire con quale moneta, al momento, riuscite a identificarvi più facilmente. Quale moneta è proprio come vi sentite voi in questo momento? Chi siete ora? Che cosa adesso caratterizza più di tutto la vostra identità? In che stato d'animo siete come persona?... Non appena avrete scoperto a quale moneta vi sentite più vicini in questo momento, aprite gli occhi e mettete da parte le altre due... *(Attendere che tutti i partecipanti abbiano riaperto gli occhi).*

Ognuno comunichi agli altri i pensieri e le associazioni che hanno contribuito alla sua decisione...

Ora chiudete di nuovo gli occhi e pensate a tutte le persone che sono qui nella stanza. Decidete a chi vorreste dare la moneta che avete in mano, simbolo del vostro io... Chi pensate vi stimi così tanto da farvi sentire al sicuro nelle sue mani?... Dopo aver deciso, aprite di nuovo gli occhi...

Adesso, uno alla volta, vi alzerete e andrete dalla persona a cui volete consegnare la vostra moneta, dandogliela senza alcun commento. Quando avrete dato tutte le vostre monete a qualcun altro, potremo parlare di quel che è accaduto dentro di voi...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- In che stato d'animo ero all'inizio della riunione?
- Che cosa ha determinato la mia scelta di un particolare membro del gruppo?
- Che cosa apprezzo della persona in questione?
- In che modo mi apprezza lei?
- Ho ricevuto io una moneta?
- Da chi ho sperato di ricevere una moneta?
- Mi sento ignorato?
- Penso che venga apprezzato abbastanza, in questo gruppo, il mio valore di persona?
- Quanto penso di valere come persona?
- Negli altri tendo a vedere prima di tutto i punti deboli?
- Negli altri tendo a vedere soprattutto i punti forti?
- Come mi sento adesso?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Questo gioco può essere molto utile con gruppi destinati a lavorare insieme per molto tempo, a conclusione di un ciclo di incontri. Esso infatti rafforza il legame affettivo stabilitosi tra i partecipanti e costituisce una sorta di «provvista» destinata a bastare per tutto il tempo in cui il gruppo non si riunisce (ad esempio durante l'estate, ecc.).

(da Lalliberte)

OBIETTIVI



Noi amiamo ciò che riteniamo prezioso, ciò che siamo sicuri ci faccia bene, sia buono per noi, adatto a noi e ci arricchisca. In quest'ottica l'amore non può essere definito come un sentimento irrazionale, quanto piuttosto come una saggia reazione di tutto il nostro organismo, alla quale prendono parte, in egual misura, cuore, intelletto e corpo.

È importante far conoscere queste connessioni ai ragazzi, in modo che essi possano dar vita a rapporti d'amore e d'amicizia davvero felici.

Questo gioco si basa sull'analisi dei rapporti che gli adolescenti hanno con persone che essi apprezzano e stimano, e offre loro la possibilità di esprimere, in modo molto semplice, il proprio affetto, il proprio interessamento e la propria stima.



PARTECIPANTI

 DAI
12
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Un foglio di carta lungo vari metri, meglio se preso da un grosso rotolo di carta da imballaggio, in modo che tutti i partecipanti possano scrivere contemporaneamente; pennarelli colorati.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete esprimere i vostri sentimenti d'amicizia o d'amore per altre persone.

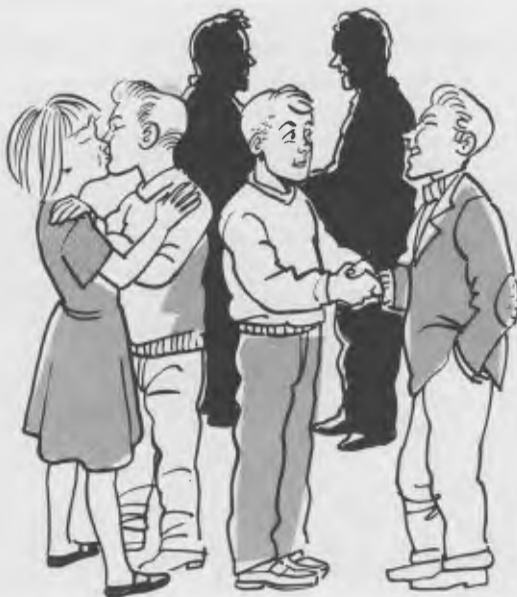
Ognuno di voi conosce una serie di persone a cui vuole bene, perché ritiene preziose le loro azioni e le loro idee, importanti le loro opinioni, ricco di significato il loro modo di vivere e amabile il loro rapporto con gli altri. Ognuno di voi sa che queste persone gli rendono il mondo più bello e gli confermano che la vita può essere bella.

Mandate a queste persone che stimate dei brevi saluti, scrivendoli sul grosso foglio di carta da inballaggio. Scrivete brevemente cosa augurate loro di buono, di cosa siete loro grati e cosa significano queste persone per voi. Se volete, potete completare i vostri messaggi con dei piccoli disegni.

Le persone che scegliete possono far parte della vostra famiglia o della vostra cerchia di amici. Ma per voi possono essere importanti anche altre persone, del presente o del passato. Potrete rivolgervi persino a eroi di leggende, di romanzi o di fiabe, se li stimate abbastanza.

Capito cosa intendo?... Allora adesso cominciate e disponetevi in modo che tutti trovino posto accanto al grosso foglio. Avete 30 minuti di tempo... Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

(Si appenda il foglio con i saluti al muro).



APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Mi è stato facile individuare persone interessanti e rivolgermi a loro?
- Come mi accorgo di ritenere qualcuno importante e interessante?
- In quali campi ho scelto le persone?
- A quante persone mi sono rivolto in tutto?
- Quali saluti mi piacciono in modo particolare?
- Che atmosfera c'era nel gruppo mentre si lavorava?
- Fino a che punto mi ritengo io stesso importante e interessante?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Howe/Howe)

OBIETTIVI



Un presupposto fondamentale per iniziare rapporti d'amore o d'amicizia è sapere sempre chi siamo, che cosa vogliamo, chi o cosa apprezziamo. Questo gioco dà modo agli adolescenti di scoprire quali persone o luoghi sono importanti e graditi.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 15
 minuti

MATERIALI



Questionario «Persone e luoghi», una cartolina per ogni partecipante.

PERSONE E LUOGHI

Rispondi, per ordine, alle seguenti domande:

- *Chi ti fa bene (per cui sei contento quando lo/la vedi e quando gli/le sei vicino)?*

.....

.....

.....

.....

.....

• *Chi è un buon ascoltatore (qualcuno che si concentri su di te e ascolti attentamente quello che dici)?*

.....

• *Chi ti vuole bene come persona (con le tue specifiche qualità e particolarità)?*

.....

• *Chi è il migliore insegnante che hai mai avuto (qualcuno da cui impareresti volentieri di più)?*

.....

• *Quale persona più anziana ammiri (qualcuno della generazione dei tuoi genitori, al quale, in un modo o nell'altro, vorresti somigliare)?*

.....

• *Quale dei tuoi coetanei rispetti perché è leale nei tuoi confronti (qualcuno che dice ciò che pensa e pensa ciò che dice)?*

.....

• *Se adesso squillasse il telefono, chi vorresti che fosse?*

.....

• *Quale posto ti è piaciuto così tanto che vorresti passarvi una settimana?*

.....

- *In che posto ti senti più libero?*
.....
.....
- *A quale luogo (a parte casa tua) senti davvero di appartenere?*
.....
.....
- *In che posto ti senti più vicino alla natura?*
.....
.....
- *Dove hai riso l'ultima volta così tanto da sentirti poi stremato?*
.....
.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete scoprire quand'è che stimate particolarmente altre persone e quand'è che trovate particolarmente piacevoli determinati posti in cui siete.

Troppo spesso trascuriamo di domandarci se ci troviamo o meno in un ambiente in cui possiamo essere felici. Siamo insieme a persone che possono darci poco e siamo in luoghi in cui non ci troviamo molto bene. In questo modo non facciamo che avvelenarci l'animo. Se facciamo un po' più di attenzione, possiamo essere molto più felici.

Qui c'è un questionario da compilare in 15 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Ciascuno di voi comunichi agli altri membri del gruppo le sue risposte ad almeno due domande del questionario, e dica che cosa significano per lui le persone e i luoghi menzionati. Avete 15 minuti di tempo...

Ora prendete una cartolina e scrivete due righe a una delle persone da voi accennate nel questionario. Parlatele del gioco e ditele che vi è venuta in mente mentre vi partecipavate. Avete 10 minuti...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Nella vita di tutti i giorni considero il fatto se le persone o i luoghi mi fanno stare bene?
- Penso che qualunque ambiente mi giovi?
- Che esempi mi hanno dato i miei genitori a questo proposito?
- Come ho reagito all'invito a scrivere una cartolina?
- Conosco persone o luoghi che non mi vanno affatto?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Canfield)

OBIETTIVI



Questo gioco dà modo ai ragazzi di esprimere la loro naturale cordialità. Nello stesso tempo fa loro notare che nella vita ci sono molti più aspetti positivi di quanto essi stessi non pensino; e li stimola a trovare in familiari, amici e conoscenti, comportamenti e qualità che essi reputano importanti.



PARTECIPANTI

 DAI
12
 ANNI

TEMPO


 Circa
 45
 minuti

MATERIALI



Modulo «Frase gentili».

FRASI GENTILI

Completa le seguenti frasi:

- Dei miei amici apprezzo il fatto che
-
-
-
-
-

• *Il mondo mi piace perché*

.....

.....

.....

.....

• *Della mia famiglia mi piace il fatto che*

.....

.....

.....

.....

• *Di mia madre mi piace il fatto che*

.....

.....

.....

.....

• *Di mio padre mi piace il fatto che*

.....

.....

.....

.....

• *Del mio ragazzo/della mia ragazza posso esser sicuro che*

.....
.....
.....

• *Mi sento particolarmente bene in presenza di*

.....
.....
.....

• *Sono felice quando*

.....
.....
.....

• *Del mio migliore amico/della mia migliore amica ammiro il fatto che*

.....
.....
.....

• *Più di tutti mi capisce*

.....
.....
.....

• *Ho imparato molto da*

.....
.....
.....

• *Sto volentieri con persone che*

.....
.....
.....

• *La cosa migliore che posso dare agli altri è*

.....
.....

• *Sto volentieri in questo gruppo quando*

.....
.....

• *Io sono come tutti gli altri perché*

.....
.....

• *Io sono diverso da tutti gli altri perché*

.....
.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco vi potrete concentrare su cose che sono soltanto piacevoli.

Qualche volta ci capita di essere di cattivo umore, depressi o tristi, e allora vediamo tutto nero intorno a noi. Gli altri ci sembrano noiosi o cattivi, e spesso ci arrabbiamo per delle sciocchezze. Non pensiamo niente di buono neanche di noi stessi. Non possiamo proprio soffrirci!

In situazioni del genere, possiamo cercare di superare questo stato d'animo richiamando in mente l'incontro con una persona la cui presenza, allora, ci ha rallegrato o addirittura reso felici.

Se ci concentriamo per qualche minuto su ciò che abbiamo provato in quella situazione passata, veniamo per così dire «contagiati» dal ricordo e possiamo cominciare a sentirci meglio anche «nell'opprimente presente».

Il seguente gioco può aiutarvi a concentrarvi su simili esperienze positive. Forse sarà un po' difficile per quelli di voi che abitualmente guardano al mondo e a se stessi con scetticismo.

Qui c'è un modulo da compilare in 15 minuti...

Ora dividetevi in gruppi di quattro... Ognuno di voi legga e commenti agli altri almeno quattro frasi del proprio modulo. Dopodiché ditevi brevemente come ciascuno di voi allontana i pensieri tristi. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Che cosa mi deprime facilmente, facendomi vedere tutto nero?
- Quando sono contento di altre persone e del loro comportamento, glielo dico?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Simon)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco i ragazzi potranno rivolgere tutta la loro affettuosa attenzione ad amici e familiari.

Sollecitati a pensare ai diversi rapporti che hanno con questi, dovranno trovare dei regali adatti a loro, materiali e non.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 45
 minuti

MATERIALI



Modulo «Regali».

REGALI

Scrivi, nella prima colonna della seguente tabella, uno sotto l'altro, i nomi dei tuoi due migliori amici e i nomi di due parenti che in questo periodo ti sono particolarmente vicini.

Pensa ora a cosa apprezzi di più in ognuna di queste quattro persone, e a cosa hai «ricevuto», in senso lato, da ciascuna di esse negli ultimi tempi... Poi pensa a cosa può renderle felici in occasione del loro compleanno. Prova a scegliere dei regali che si adattino bene alla personalità di ciascuna di loro. Scrivi i tuoi regali nella seconda colonna, accanto ai nomi. Fatto ciò, scrivi che regalo non materiale vorresti fare o auguri di ricevere a ciascuna di queste persone, in modo che possa essere più felice. Così,

ad esempio, puoi augurare coraggio a un tuo amico che si lascia opprimere dai genitori.

*Dopo aver finito con tutte e quattro le persone, pensa a che regalo non materiale ti farebbe ognuna di loro per renderti più felice. Di cosa hai bisogno per poter gioire della vita? **Riporta** i regali per te da parte delle quattro persone nella quarta colonna...*

Per finire, una domanda: riesci a pensare a qualcosa di cui potresti aver bisogno per essere felice e a cui non hai mai pensato prima?

Nome	Regalo	Regalo non materiale da parte mia	Regalo non materiale per me

ISTRUZIONI



In questo gioco si parlerà di regali.

In occasione di compleanni o di altre ricorrenze, siamo soliti fare regali per dimostrare il nostro affetto o amore alla persona cui il regalo è destinato. I nostri regali sono particolarmente graditi se dimostrano all'altra persona che la capiamo completamente.

Nel corso di questo gioco potrete esercitarvi a concentrarvi davvero su persone alle quali vi sentite vicini.

Qui c'è un modulo che dovrete compilare in 20 minuti...

Scegliete ora un compagno con cui volete parlare di questo gioco...

Ciascuno parli all'altro delle proprie esperienze in fatto di regali, sia ricevuti che fatti. Avete mai avuto esperienze negative con i regali? Avete regali che in qualche modo rappresentano un impegno? Fate i regali che in qualche modo costituiscono un impegno?

Se volete, ciascuno di voi potrà anche dire agli altri quali regali, non materiali, ha desiderato ricevere. Avete 25 minuti di tempo a disposizione...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO

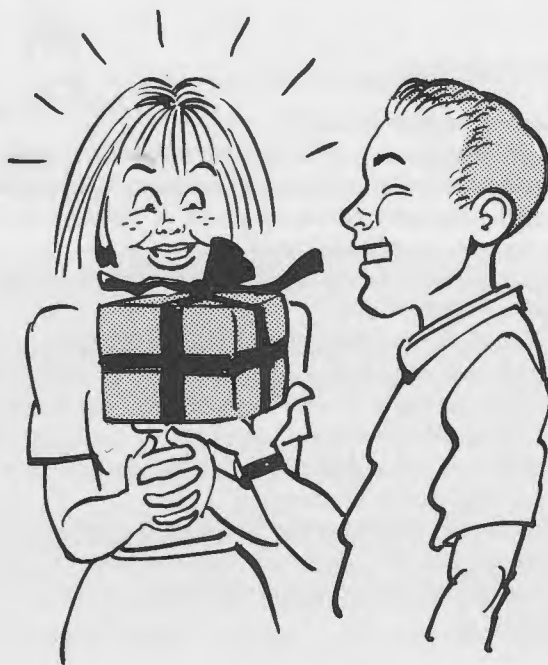


- Mi è piaciuto il gioco?
- Pensando a quale persona mi è stato facile svolgere il compito? Pensando a quale persona mi è stato più difficile?
- Che genere di regalo mi ha creato più difficoltà?
- Che cosa mi è venuto in mente per l'ultima domanda del modulo?
- Faccio regali solo in occasione delle solite ricorrenze o anche quando capita, se ne ho voglia?
- Quale regalo mi ha reso più felice in tutta la mia vita?
- Qual è stato il regalo più sgradito che ho ricevuto finora?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Per rafforzare i legami tra i vari partecipanti, si lasci che ognuno di loro scelga altri due compagni con cui rispondere alle domande.



(Vopel)

OBIETTIVI



Amicizia, cordialità e amore sono tre fattori fondamentali nella vita di ciascuno di noi. Per mezzo di essi riusciamo, di tanto in tanto, a superare la nostra solitudine esistenziale. Chi non ha amici è portato alla depressione o alla cattiveria.

Tuttavia molti genitori inculcano ai loro figli princìpi che condizionano i loro normali rapporti con gli altri. Con il proprio esempio e con continue intromissioni nella loro vita, essi danno ai figli moniti del tipo: «Non legarti troppo ad altre persone. Dentro di te, resta sempre solo».

Nel corso di questo gioco gli adolescenti potranno analizzare i più importanti princìpi inculcati dai genitori che impediscono ai figli di iniziare profonde relazioni d'amore o d'amicizia.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 60
 minuti

MATERIALI



Modulo «Educazione alla solitudine».

EDUCAZIONE ALLA SOLITUDINE

Il terapeuta Claude Steiner ha messo insieme alcuni princìpi insegnati dai genitori, che rendono difficile o impossibile ai figli instaurare rapporti normali con altre persone.

Non mostrare mai troppa attenzione agli altri.

Non dire ciò che senti di dentro. Guardati bene dal pronunciare, nei confronti di altri, parole di lode o entusiasmo. Limitati nel fare complimenti o elogi.

Non accettare l'attenzione altrui.

Non fidarti di chi ti dice qualcosa di carino. Se qualcuno è gentile con te, non mostrare compiacimento. Se qualcuno ti fa un complimento, di subito qualcosa di negativo su di te o ricambia subito restituendo il complimento.

Non rifiutare l'attenzione altrui.

Sii un bravo ragazzo. Se qualcuno ti dà qualcosa che non ti va, non darlo a vedere. Se ad esempio una vecchia zia che non può soffrire ti dà un bacio, lascia perdere e sopporta.

Non avere particolare attenzione per te stesso.

Chi si loda s'imbroda. Non dire a nessuno — nemmeno a te stesso — che hai fatto qualcosa di cui sei orgoglioso, oppure che ti piaci così come sei.

Non chiedere mai attenzione.

Una persona è davvero degna solo se indovina i tuoi desideri guardandoti negli occhi. Non dire agli altri cosa vorresti ricevere da loro. Non chiedere mai di essere abbracciato o di sentire cose carine su di te.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco vi occuperete dei principi più diffusi di quella che si potrebbe definire una «pedagogia anti-amore». Tali principi sono stati insegnati più o meno a tutti, direttamente o indirettamente, dai genitori, nella speranza di renderci la vita più facile.

Alle loro spalle c'è una lunga tradizione culturale, per la quale la felicità del singolo è meno importante del diritto del gruppo o della comunità o dello stato. Questa antica mentalità di collettività è ancora oggi molto diffusa. Solo se facciamo molta attenzione, possiamo provare a indirizzare la nostra vita verso la felicità.

Ho qui per voi un modulo nel quale sono indicati cinque moniti relativi al comportamento di un bambino: ognuno di essi fa sì che il bambino abbia difficoltà a instaurare un vero rapporto d'amicizia o d'amore...

Per l'analisi di questi moniti, dividetevi in gruppi di sei...
Procedete ora nel modo seguente: prima di tutto scegliete il monito che secondo voi oggi viene rivolto più spesso agli adolescenti. Poi soffermatevi su questo principio e preparate una scenetta di pochi minuti, nella quale si mostri come esso venga insegnato a un bambino tra i cinque e i sette anni. Decidete se la scenetta debba essere parlata o mimata, e scegliete le persone che vi prendono parte. Avete 30 minuti di tempo...

(Prolungare, eventualmente, il tempo a disposizione).

Riformate ora un cerchio unico... Ciascuno dei gruppi rappresenti la propria scenetta e dica, in breve, quale monito è stato scelto...

(Si avvii poi un breve dibattito di circa 10 minuti).

Adesso riformate i vari gruppi e ideate una scenetta da rappresentare all'incirca dopo 10 minuti. Da essa dovrebbero emergere le difficoltà incontrate dal bambino, ormai adolescente, in amore e in amicizia. Avete 15 minuti di tempo per ideare questa scenetta...

(Si riuniscano di nuovo i partecipanti, in modo che i gruppi possano rappresentare la loro scenetta prima dell'approfondimento).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quale dei cinque principi mi è stato insegnato quando ero piccolo?
- In quali circostanze si rivelano utili questi moniti dei genitori?
- Quali sono i pro e i contro dell'applicare questi principi?
- Vorrei cambiare qualcosa?
- Ci sono altri principi che hai imparato? Sai formularli con parole tue o con «frasi fatte»?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



L'esercizio sarebbe perfetto se i ragazzi si recassero, con una telecamera o con un registratore, in parchi, ecc. per raccogliere del materiale autentico che documenti questa educazione alla solitudine.

(da Maid/Wallace)



OBIETTIVI

L'amore e l'amicizia nel loro senso più pieno possono essere sperimentati solo da persone veramente mature. Un presupposto importante è per esempio essere stati in grado, durante l'infanzia e l'adolescenza, di staccarsi sempre più dai genitori e di capire che tutti noi, in quanto persone, siamo fondamentalmente soli al mondo: nessuno infatti può condividere con noi la parte più propria dell'esistenza o della coscienza.

In amicizia e in amore possiamo stabilire contatti più profondi con persone importanti per noi, senza per questo perdere la coscienza della nostra solitudine esistenziale e della responsabilità ad essa connessa.

Certo, in questo significato profondo, l'amore è possibile solo tra due persone mature.

L'amore che c'è tra genitori e figli è molto diverso dall'amore e dall'amicizia tra adulti.

Al momento del distacco dai genitori, gli adolescenti sperimentano per la prima volta l'amicizia e l'amore in modo adulto. La consapevolezza di doversi pian piano allontanare dai genitori dà loro un'idea della solitudine, nonostante non siano ancora in grado di comprenderla completamente. Gli altri adolescenti sono, per così dire, dei «compagni di sventura» che, vivendo la loro stessa fase di transizione, appaiono come gli unici compagni giusti, sia in amore che in amicizia.

L'adolescente conosce così aspetti importanti della propria identità e comincia a capire chi egli sia. Soprattutto, comincia a fare attenzione e a sperimentare la propria personalità come qualcosa che ha valore in sé.

E solo quando è in relazione cordiale e amichevole con gli altri coetanei riesce a riconoscere il proprio io e a reputare prezioso tutto ciò che lo riguarda.

Se come adulti vogliamo aiutare gli adolescenti a prepararsi a rapporti d'amore e d'amicizia felici, dobbiamo aiutarli anche a staccarsi dalla famiglia, a scoprire la propria solitudine, a conoscere i diversi aspetti della propria identità. È bene incoraggiarli a instaurare rapporti profondi con coetanei. Nel corso di questo gioco i ragazzi si occuperanno, principalmente in modo intuitivo, del nesso tra amicizia e solitudine, per approfondire la comprensione della propria persona.



PARTECIPANTI

DAI
16
ANNI

TEMPO



Circa
1
ora

MATERIALI



Carta e matita.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco avrete modo di far uso della vostra fantasia per prendere in esame due temi che alla vostra età emergono per la prima volta. Scrivete una favoletta su uno di questi due argomenti: «Come si scopre il significato dell'amicizia», o «Come si scopre il significato della solitudine». La vostra storia dovrebbe comporsi dei seguenti elementi: luogo e momento dell'azione, descrizione dei protagonisti, descrizione dell'azione stessa. Trovate poi un titolo adatto.

Naturalmente potete servirvi di vostre esperienze personali o di altre conoscenze che avete in merito all'argomento. Cercate di rendere la storia semplice e non più lunga di 2 pagine. Avete un'ora di tempo...

Riformate, ora, un cerchio unico...

(Si lasci che due volontari leggano agli altri la loro storia, in modo che poi si svolga un breve dibattito all'interno del gruppo).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quando mi sono sentito abbandonato per la prima volta?
- Quando mi sono sentito solo per la prima volta?
- Qual è la differenza tra questi due concetti?
- Chi è stato il primo coetaneo, il primo compagno di giochi a cui ho voluto bene?
- Chi è stato il mio primo amico?
- Che differenza c'è, per me, tra un compagno di giochi e un amico?
- Come vedo adesso il nesso tra solitudine e amicizia?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco i ragazzi possono capire quali sono le qualità che essi apprezzano di più in persone con cui stanno bene insieme, pur non essendo loro legate da un profondo rapporto d'amicizia. Anche queste relazioni di media intensità hanno la loro importanza, poiché abitano i ragazzi a confrontarsi continuamente con dei coetanei.

Lo scopo specifico di questo gioco è stabilire quali sono gli aspetti della personalità che il singolo ragazzo apprezza di più nei suoi coetanei.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Questionario «Chi fa parte della banda?».

CHI FA PARTE DELLA «BANDA»?

Di quali «bande» fai parte?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Che cosa fate insieme?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Che cosa ti piace di quell'ambiente?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Immagina di poterti creare una comitiva ideale.
Che genere di persone ne dovrebbero far parte?*

Persona	1	2	3	4	5	6
Età						
Sesso						
Qualità 1						
2						
3						
Interessi 1						
2						
3						



ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete capire quali sono le qualità che apprezzate di più in coetanei dei quali non siete amici intimi, ma con i quali vi trovate comunque bene.

Ecco qui un questionario da completare in 15 minuti...

Dividetevi in gruppi di quattro... Scambiatevi dei pareri su quanto avete scritto. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Instaurò prevalentemente rapporti personali stretti o sto volentieri anche in comitive? O faccio tutte e due le cose?
- Quali sono i pro e i contro del far parte di comitive?
- Quali sono i pro e i contro del rapporto con un amico/a intimo/a?
- Io stesso ho le qualità che vorrei avessero dei miei ideali compagni di comitiva?
- Come si entra in una comitiva?
- Mi riesce facile entrare a far parte di comitive?
- Che cosa vorrei dire ancora?

CHE COSA SI DEVE FARE PER L'AMICIZIA?

(da Eberle/Hall)

OBIETTIVI



Questo gioco dovrebbe aiutare i giovanissimi a capire meglio che cosa possono aspettarsi dall'amicizia, cosa devono investire in essa e cosa le fa particolarmente bene.



PARTECIPANTI

DAI
12
ANNI

TEMPO



Circa
30
minuti

MATERIALI



Modulo «Cosa si deve fare per l'amicizia?».

COSA SI DEVE FARE PER L'AMICIZIA?

Qui di seguito sono riportate delle frasi sull'amicizia: segna una crocetta accanto a quelle che ritieni giuste.

- () *Un amico è qualcuno con cui mi sento bene.*
- () *Gli amici nuovi sono sempre i migliori.*
- () *Un amico mi capisce meglio di chiunque altro.*
- () *Un amico non mi ferisce mai.*
- () *Un amico deve avere delle qualità che io apprezzo.*

- () *Raramente le vere amicizie durano a lungo.*
- () *Un amico è qualcuno che piace anche ai miei genitori.*
- () *Un vero amico non mi critica.*
- () *Gli amici si confidano anche i segreti.*
- () *Per non perdere un amico bisogna spendere dei soldi.*
- () *Per non perdere un amico bisogna essere sinceri.*
- () *Un amico è sempre dalla mia parte, qualunque cosa io faccia.*
- () *Si può avere un solo vero amico.*
- () *Su un vero amico si può contare.*
- () *Con un vero amico non si litiga.*

ISTRUZIONI



In questo gioco si parlerà di amicizia. Ciascuno di voi avrà sicuramente idee molto personali in proposito.

Ecco qui un modulo che dovrebbe aiutarvi a capire se le opinioni che avete sull'amicizia sono sempre valide o se partono da presupposti sbagliati. Compilate il modulo in 10 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di sei... Discutete dei singoli punti e parlate di cosa vi ha spinto a ritenere un'affermazione giusta o sbagliata. Se nel corso della discussione cambiate il vostro punto di vista, correggete le risposte nel modulo. Avete 20 minuti di tempo a disposizione...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quale delle affermazioni sull'amicizia mi risulta difficile da capire?
- Quale delle affermazioni che ritengo giuste è, per me, difficile da mettere in pratica?
- Parlo ogni tanto con i miei amici del nostro rapporto?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Simon/Howe/Britton)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco i ragazzi possono capire quali sono le qualità più importanti che essi apprezzano negli amici; successivamente potranno vedere fino a che punto i loro amici più cari possiedono dette qualità.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Modulo «I miei amici».

I MIEI AMICI

Elenca, nella prima colonna della tabella, le dieci qualità principali che pensi debba avere un vero amico.

Qualità	Nomi dei miei amici				
	1	2	3	4	5
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

Ora scrivi, nella parte destra della tabella, sotto i numeri da 1 a 5, i nomi dei tuoi 5 migliori amici.

Fatto ciò, soffermati sul primo amico, pensa alle qualità che ha e segna una crocetta nelle caselle ad esse corrispondenti...

Procedi poi allo stesso modo con gli altri quattro amici.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete puntare la vostra attenzione sulle qualità che pensate debbano avere i veri amici.

Fate prima una lunga lista di tutte le caratteristiche positive che apprezzate nelle persone con cui state volentieri insieme. Avete 10 minuti di tempo a disposizione...

Ora guardate attentamente la vostra lista e scegliete le dieci qualità più importanti. Quali qualità apprezzate tanto da sentirvi davvero bene quando vi trovate insieme a una persona che le possiede davvero?

Segnate una crocetta accanto ad esse. Avete 5 minuti di tempo...

Ora fate una classifica di queste qualità da 1 a 10. Scrivetele una sotto l'altra e numeratele. La numero 1 sarà ovviamente la qualità che ritenete più importante. Avete altri 5 minuti di tempo...

C'è poi un modulo che dovrete compilare in 15 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Discutete di quello che avete scritto, riflettendo soprattutto sulle seguenti domande: fino a che punto gli amici che avete soddisfano i vostri desideri, cioè fino a che punto possiedono le qualità che voi apprezzate di più? Come vi comportate quando volete conquistare un amico?

Avete a disposizione 20 minuti di tempo...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Con i miei amici parlo del nostro rapporto?
- Dico quello che reputo importante? E i miei amici?
- Quanti amici veri ho avuto finora nella mia vita?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo gioco aiuta gli adolescenti a capire chiaramente quali sono i loro più cari amici e che cosa significano questi per loro.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 60
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco esaminerete l'insieme delle vostre attuali amicizie, intendendo soprattutto gli amici che appartengono al vostro «gruppo di pari». Se considerate amici anche un fratello o una sorella, potrete naturalmente includerli nel vostro esame.

Fate un disegno nel quale ogni ragazzo venga simbolicamente rappresentato da un triangolo e ogni ragazza da un cerchio. Ritraete voi stessi al centro del foglio e disponete i vostri amici intorno a voi alla distanza più giusta. Quanto più qualcuno vi è vicino, tanto più avvicinerete a voi il suo simbolo. Scrivete i nomi degli amici nei simboli corrispondenti. Variando la grandezza dei simboli, potrete esprimere l'importanza che ha per voi ciascuno dei vostri amici. Tutto chiaro?...

Allora cominciate il disegno. Avete 10 minuti di tempo...

Ora osservate il vostro disegno e scrivete, accanto a ogni simbolo, che cosa ritenete importante di quella persona. Avete altri 10 minuti di tempo... Pensate ora, per ciascuno degli amici, all'ostacolo più grande che si frapone tra voi due, impedendovi di avere un rapporto davvero felice. Indicate l'ostacolo con una parola o un simbolo adatto. Avete altri 10 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Parlate di come vi sentite adesso e, se vi fidate reciprocamente abbastanza, mostratevi i disegni.

Mentre discutete tra voi, tenete presente le seguenti domande: avete a sufficienza veri amici? Vi soddisfa il grado di amicizia che avete con loro? Riuscite a parlare con i vostri amici degli ostacoli che ci sono nel vostro rapporto? Che cosa vi dà più da fare nel vostro disegno? Di cosa siete più soddisfatti? Avete 30 minuti...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...



APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Di cosa vorrei discutere con tutto il gruppo?
- Che esempio mi hanno dato i miei genitori sull'amicizia?
- C'è un'amicizia che vorrei approfondire? Come intendo comportarmi?
- Quale dei miei amici mi stimola a sviluppare delle qualità che possiedo solo a livello potenziale?
- Quale dei miei amici mi aiuta a vedere le cose in modo nuovo o almeno diverso?
- Quale amico mi capisce di più?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Si discuta con i ragazzi di quanto sarebbero disposti a parlare di questo gioco con gli amici rappresentati.

(da Bonni/Savary)

OBIETTIVI



Il sogno «musicale» che verrà proposto nel corso di questo gioco dovrebbe indurre gli adolescenti ad approfondire la propria conoscenza intuitiva dell'amicizia e a cogliere le diverse possibilità che ci sono per stringere un rapporto d'amicizia.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Un nastro magnetico, in modo da poter far ascoltare uno dei seguenti brani musicali: «In un giardino d'estate» di Delius, «Danze sacre e profane» di Debussy, «Introduzione e Allegro» di Ravel.



Questo gioco di fantasia vi dà modo di cogliere, anche a livello emotivo, le occasioni che l'amicizia ha pronte per noi.

Alcuni di voi hanno sicuramente, al momento, un caro amico con il quale stanno bene insieme. Altri forse lo hanno avuto in passato e con lui hanno scoperto il significato dell'amicizia. Altri forse sono ancora in attesa di un vero amico con cui sentirsi meno soli.

Mettetevi comodi a terra... Chiudete gli occhi... Per poter respirare davvero liberamente, slacciatevi eventuali cinte troppo strette...

(Nelle istruzioni che seguono, in corrispondenza dei puntini di sospensione, si faccia, ogni volta, una pausa di circa 20 secondi).

Concentratevi sui vostri piedi e muoveteli un po'. Osservate come sono al tatto... Fatevi rilassare.

Ora concentratevi sulle vostre gambe... Fatevi rilassare e abbandonatele completamente sul pavimento...

Il senso di rilassamento si trasmette al ventre e al petto... Anche il centro del vostro corpo è rilassato, caldo e morbido al tatto...

State respirando a fondo e con tranquillità, e ad ogni respiro vi sentite più rilassati...

Ora rilassate la nuca e il viso... Guardate come il vostro viso diventa più libero e più debole e come la nuca si fa più rilassata e più calda...

Rilassate ora braccia e mani, fatele diventare calde e pesanti e abbandonatele piano sul pavimento...

Inspirate ed espirate profondamente, rilasciate e distendete il vostro corpo... (1 minuto).

Adesso inspirate lentamente col naso. Riempite d'aria prima lo stomaco e poi il petto... Espirate lentamente, sgonfiando prima il petto e poi lo stomaco...

Fate andare e venire il respiro come l'alta e la bassa marea. Ad ogni respiro vi riempite d'energia. Guardatevi: state respirando a fondo e con tranquillità; l'energia entra ed esce. Provate anche a sentire il respiro mentre va e viene... (1 minuto).

Il centro del corpo è il vostro baricentro. Per molte persone questo baricentro si trova un po' al di sotto dell'ombelico. Immaginate ora di poter immettere aria dentro di voi proprio direttamente attraverso il centro del corpo... Sentite come l'energia fluisce nel vostro corpo attraverso il suo centro... Sentite come il vostro respiro arriva dentro di voi, riempiendo petto e testa...

Trattenete il respiro per un momento e poi espirate, buttando fuori anche tutte le vostre tensioni. Continuate così: respirate attraverso il vostro centro, riempite il corpo di energia e, quando espirate, liberatevi di tutte le tensioni interiori... (1 minuto).

Innanzitutto stimolerò la vostra fantasia e vi spiegherò dove siete e che cosa accadrà quando, dopo che avrò finito di parlare, inizierà la musica.

Immaginate, allora, di essere in mezzo alla natura, su di un prato, in un giorno d'estate. Siete lì che vi gustate il paesaggio, la calda luce del sole, il canto degli uccelli e il profumo dell'erba, quando vedete, e la cosa non vi sorprende affatto, qualcuno che si dirige verso di voi, un uomo o una donna, un ragazzo o un bambino. Sarà la musica a suggerirvi chi verrà da voi. E mentre vi avvicinate l'uno all'altro, vi accorgete, dai suoi movimenti e dai suoi gesti, che questa persona è aperta a voi e vi invita. Nello stesso tempo, vi accorgete di provare anche voi un sentimento di amicizia per il nuovo arrivato. Sapete che è arrivato un amico.

Quando siete l'uno vicino all'altro, guardate attentamente questo amico e fate emergere i vostri sentimenti. Con questo amico potete azzardarvi a scambiare i vostri pensieri e sentimenti più profondi.

Sapete di essere capiti davvero. Forse parlate tra voi, forse vi capite senza parole. La musica vi aiuterà a fare quello che sentite. Può darsi anche che essa vi faccia passeggiare sul prato insieme al vostro amico. Osservate come si muove e guardate cosa fa. Esprimete i vostri desideri e le vostre proposte, in modo da approfondire la vostra amicizia.

Quando la musica sarà finita, tornate al punto di partenza e salutate il vostro amico. Allora saprete che potrete sempre tornare, nella fantasia, da questo amico, ogni volta che vorrete. Vi sentirete sereni e allegri e tornerete alla vostra coscienza normale in questo stato d'animo.

Adesso farò partire la musica...

La musica è finita. Ora tornate al punto di partenza e salutate il vostro amico. Sapete che potrete sempre tornare, nella fantasia, da questo amico, ogni volta che vorrete.

Ora conterà da 1 a 10; quando sarò arrivato a 10, vi sveglierete e tornerete con la mente al gruppo.

1... 2... Tenete a mente la vostra esperienza... 3... 4... Svegliatevi piano piano... 5... 6... Siete svegli e tornate alla vostra coscienza normale... 7... Vi sentite bene... 8... 9... 10... Siete completamente svegli e vi guardate intorno...

Dividetevi in gruppi di quattro... Parlate di quello che vi è successo... Avete 15 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

Ciascuno di voi, a turno, dica brevemente come si sente...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Provo attualmente sentimenti d'amicizia così profondi? Li vorrei provare? Li ho mai provati?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



L'approfondimento di discussione con tutto il gruppo dovrebbe essere breve. Se c'è abbastanza tempo, invece dell'approfondimento, si può fare in modo che i ragazzi descrivano la loro esperienza con un disegno o con una piccola poesia libera.

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo gioco offrirà agli adolescenti la possibilità di capire il modo in cui si sono aperti finora ai più importanti rapporti d'amicizia della loro vita. Potranno vedere se in essi si ripetono determinate vicende critiche e stabilire se eventualmente in futuro intendono agire diversamente.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 45
 minuti

MATERIALI



Questionario «Gli amici della mia vita». Carta e matita.

GLI AMICI DELLA MIA VITA

Per prima cosa scrivi i nomi di tutti gli amici stretti che hai avuto finora nella tua vita:

.....

.....

.....

.....

Prendi un foglio di carta e, per ogni amico, racconta brevemente come lo hai conosciuto, che cosa ti ha colpito di lui, cosa facevate insieme, per quanto tempo siete stati amici e perché ora non lo siete più...

Rileggi poi quello che hai scritto. Ci sono analogie tra le varie esperienze che hai avuto con gli amici?

.....

.....

.....

Che cosa è cambiato finora nelle amicizie che hai avuto?

.....

.....

.....

Di cosa sei soddisfatto riguardo al tuo comportamento con gli amici? Di cosa non sei soddisfatto? In cosa potresti agire diversamente in futuro?

.....

.....

.....

Pensa adesso al tuo attuale miglior amico. Riesci a immaginare che cosa vorrebbe lui da te, in modo da rendere la vostra amicizia ancora più bella?

.....

.....

.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete analizzare i più importanti rapporti d'amicizia della vostra vita, per vedere se vi soddisfa il modo in cui avviate tali rapporti e per cercare eventualmente di cambiare qualcosa, in modo da poterli vivere ancora più pienamente.

Qui c'è per voi un questionario da completare in 30 minuti...

Cercatevi ora un compagno con cui effettuare uno scambio d'opinioni...

Ciascuno dica all'altro di cosa è soddisfatto, a proposito del proprio comportamento, e di cosa non lo è. Parlate anche degli atteggiamenti che ciascuno di voi intende cambiare in futuro. Avete a disposizione 15 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Scelgo amici che possono avere un significato per me?
- Che cosa mi riesce più difficile: farmi un nuovo amico o tenerne uno che ho già?
- Come mi comporto quando voglio farmi un amico?
- Che cosa faccio per tenere un amico?
- Di solito sono io che rompo con gli amici o loro che rompono con me?
- Che cosa non trovano in me i miei amici?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Nel corso di questo semplicissimo gioco, che è indirizzato ai ragazzi più piccoli, i partecipanti potranno capire chi è loro più vicino, per chi nutrono sentimenti d'amore e d'amicizia.

D'altra parte, e questo stupirà non pochi di loro, i partecipanti dovranno affrontare la questione di quanto ciascuno di loro ami se stesso.

Ciò dà modo all'animatore di far capire ai ragazzi che, nella vita, possiamo amare qualcuno nella misura in cui amiamo noi stessi.



PARTECIPANTI

 DAI
12
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli.

ISTRUZIONI



L'argomento di questo gioco è il vostro cuore. Mentre della testa e dell'intelletto abbiamo bisogno soprattutto nel lavoro, quando vogliamo svolgere un compito o risolvere un problema, del cuore e dei sentimenti ci serviamo quando vogliamo capire se ci teniamo a qualcosa. Se ci piace di più il blu o il rosso, se preferiamo Hansel o Gretel, non lo stabiliamo certo usando il cervello. Questo infatti ci aiuta ad analizzare le cose, a fare progetti o a immaginare le conseguenze di un'azione. È il cuore invece a dirci cosa ci piace o non ci piace, cosa ci rende felici

o ci rattrista. Esso ci dice anche a quali persone teniamo di più e se, nei loro confronti, proviamo amore o amicizia.

Nel corso di questo gioco potrete anche pensare a quali persone è riservato un posto nel vostro cuore. Disegnerete un grande cuore e lo dividerete in tante parti, quante sono le persone che vi «abitano».

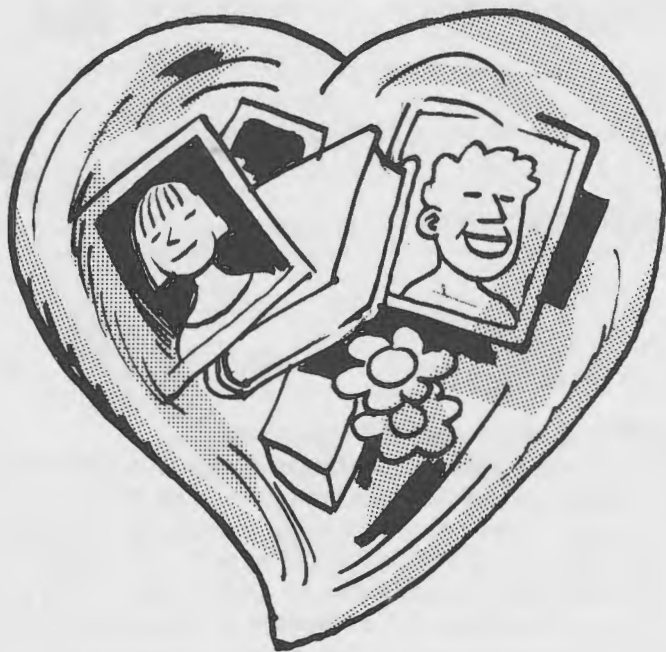
Per chi c'è posto nel vostro cuore? Quanto è grande questo posto? C'è ancora un posto libero?

Volete affrontare ora un argomento difficile? Quanto amate voi stessi? Quanto è grande il posto che occupate nel vostro cuore, in modo da capire quanto amate voi stessi?

In ognuna delle parti in cui avete diviso il cuore, scrivete il nome di una persona che amate o a cui volete bene. Avete in tutto 15 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Ciascuno dica agli altri se questo compito gli è risultato facile o difficile. Su chi siete stati insicuri? Avete mai detto, in passato, di volervi bene? Che cosa avete imparato dell'amore che si prova per se stessi? Se volete, mostrate i disegni spiegandoli agli altri. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...



APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Chi «abita» nel mio cuore?
- Delle persone che ho nel cuore, quante non fanno parte della mia famiglia?
- Quanto posto occupo io stesso?
- Voglio abbastanza bene a me stesso?
- Ho dimenticato qualcuno?
- Che cosa apprezzo delle persone che ho racchiuso nel mio cuore?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



In preparazione o in chiusura del gioco, si possono far scrivere ai ragazzi tutti i proverbi o i modi di dire che si riferiscono al cuore umano.

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo gioco induce gli adolescenti a rivedere le proprie idee sull'amore e a fare una distinzione tra opinioni sensate e opinioni discutibili.



PARTECIPANTI

DAI
16
ANNI

TEMPO



Circa
45
minuti

MATERIALI



Modulo «È amore questo?».

È AMORE QUESTO?

Leggi le frasi riportate qui sotto e segna una crocetta accanto a quelle che ritieni giuste.

- () Dio li fa e poi li accoppia.
- () L'amore è l'unica cosa che occorre in un rapporto a due.
- () Si possono amare due persone contemporaneamente.
- () Chi non ama se stesso, non può amare gli altri.
- () L'amore è il pane dei poveri.
- () La sessualità è l'aspetto più importante di un rapporto d'amore.
- () La sessualità al di fuori del rapporto a due è riprovevole.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete esaminare diverse interpretazioni dell'amore.

Il concetto di amore è cambiato più volte, evolvendosi con lo sviluppo della cultura; credo che nella coscienza di ciascuno di noi siano radicate, provenienti da diverse epoche culturali, varie interpretazioni dell'amore, che in parte si integrano, in parte si contraddicono.

Probabilmente, a seconda dei rapporti e delle situazioni in cui ci veniamo a trovare, agiamo secondo i principi che, a prima vista, ci appaiono più vantaggiosi. Poi, regolarmente, ci accorgiamo che il rapporto risente, prima o poi, delle conseguenze negative di questo nostro atteggiamento.

Penso sia importante che ciascuno di noi abbia delle idee chiare e coerenti sull'amore, si attenga ad esse e trovi compagni che le condividano pienamente.

Ho qui per voi un modulo da compilare in 15 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Esaminare le frasi del modulo una per una e spiegate perché le ritenete giuste o meno. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Da cosa è stata determinata in modo particolare l'idea che ho dell'amore?
- Da cosa deriva, principalmente, questa mia idea?
- Su quali frasi sono più discordi i pareri del gruppo?
- Quali frasi hanno ottenuto più consensi?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Si invitino i ragazzi più grandi a discutere delle frasi del modulo ciascuno con il proprio ragazzo/la propria ragazza.

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo gioco induce i ragazzi a mettere a confronto le idee che ognuno di loro ha in merito ai rapporti d'amore, a sostenere queste idee dinanzi agli altri e a verificarne poi la fondatezza.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 80
 minuti

MATERIALI



Carta, penna, una lavagna.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco si affronterà il tema del linguaggio dell'amore. Quando, dentro di noi, siamo molto vicini a una persona, esprimiamo i nostri stati d'animo, le nostre intenzioni e i nostri desideri a modo nostro, ad esempio mediante delle azioni (regalando un mazzo di fiori), attraverso il linguaggio del corpo (sorridente alla nostra ragazza), o con le parole (dicendo: «Ti amo»).

Per capire davvero a fondo che cosa si verifica nel rapporto tra due persone, dovremmo esaminare i tre modi di esprimersi cui si è accennato sopra, e tener conto del fatto che essi sono spesso legati l'uno agli altri.

Ma questo tipo di analisi, per il momento, è troppo difficile per le nostre possibilità.

Perciò ci occuperemo soltanto della comunicazione verbale tra innamorati,

partendo dal presupposto che, nel rapporto con il proprio partner, si usa un tipo di linguaggio diverso da quello con cui si parla a una persona qualunque.

Il seguente gioco dovrebbe pertanto indurvi a riflettere sul linguaggio dell'amore.

Anzitutto scrivete una lettera d'amore al vostro ragazzo/alla vostra ragazza (se non lo/la avete, immaginate di averne uno/una). Questa lettera non verrà letta da nessuno. La terrete voi.

Prendete dunque carta e penna, e cominciate a scrivere. Avete 20 minuti di tempo a disposizione...

Dividetevi poi in gruppi di quattro... Insieme, provate a trovare le parole più importanti che fanno parte del linguaggio dell'amore. Individuate quelle che ritenete siano le venti parole che assolutamente devono essere pronunciate in un rapporto d'amore. Come punto di riferimento avete naturalmente la vostra lettera. Ciascuno dei gruppi rediga dunque l'elenco delle venti parole. Avete 60 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ci sono state molte divergenze di opinioni nel nostro gruppo?
- Quali sono, delle venti parole scelte, quelle che uso io stesso nelle relazioni più intime?
- Quali sono invece quelle che non riesco a dire?
- Fino a che punto le parole d'amore scelte tengono conto anche di altri bisogni che l'uomo ha, come ad esempio restare da solo, dire di no, esprimere la propria rabbia, agire in modo autonomo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

COSA CI SI ASPETTA DA UN LUNGO RAPPORTO A DUE

(da Sager)

OBIETTIVI



Questo gioco dà modo agli adolescenti di capire meglio che cosa essi si aspettano da un rapporto a due.

Confrontandosi con altri coetanei, essi possono esercitarsi a esprimere chiaramente le proprie idee in proposito, cosa che molti adulti non hanno mai fatto in vita loro.



PARTECIPANTI

DAI
17
ANNI

TEMPO



Circa
75
minuti

MATERIALI



Modulo «Cosa ci si aspetta da un lungo rapporto a due».

COSA CI SI ASPETTA DA UN LUNGO RAPPORTO A DUE

Segna una crocetta accanto alle frasi che corrispondono a quanto attualmente ti aspetti da un lungo rapporto a due.

Vorrei

- () - un compagno fedele, affettuoso e tutto per me.
- () - un appoggio costante per poter affrontare il mondo.
- () - un compagno che valga quanto me, così da poterlo stimare.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete capire che cosa vi aspettate da un lungo rapporto a due e, parlando con gli altri ragazzi del gruppo, che cosa si aspettano loro invece da esso.

All'inizio di un rapporto di amore di solito siamo entusiasti e affascinati dalla personalità del nostro partner. Sentiamo di aver incontrato una persona fatta per noi che, con la sua presenza, ci arricchisce e ci rende felici. Ci accorgiamo che anche lei ci ritiene importanti e, soprattutto con il suo comportamento, mostra di capirci.

Tutto questo è possibile solo se ognuna delle due persone è in grado di aprirsi completamente all'altra e di capire che cosa essa si aspetti dal rapporto. Queste attese non devono essere necessariamente le stesse, ma è ovvio che dovranno concordare tra loro. Solo se si hanno le idee chiare su cosa ci si aspetta dal rapporto, si potrà scoprire l'eventuale intesa con il partner. Qui per voi c'è un modulo, da compilare in 30 minuti, nel quale sono elencate alcune delle cose che più di frequente ci si aspetta di ottenere da rapporti lunghi.

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Dite se vi è risultato facile o difficile individuare le vostre idee sull'argomento. Con chi avete già parlato di questo? Che cosa caratterizza un rapporto lungo? Quando credete che sia, per voi, il momento di pensare a un rapporto duraturo? Che cosa pensate invece dei rapporti brevi? Se volete, potete anche parlare delle risposte da voi date nel modulo. Avete 45 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Delle mie attese, quale mi è rimasta più impressa?
- Penso di trovare un partner giusto per me?
- I miei genitori sono fatti l'uno per l'altro?

(da Gunther)

OBIETTIVI



Questo esercizio dovrebbe aiutare i ragazzi a parlare con il corpo. Molti adolescenti, in questa fase della loro vita, ricevono pochissime attenzioni e manifestazioni d'affetto a livello fisico. I genitori che, quando i figli erano ancora bambini, li abbracciavano e li accarezzavano spesso, si allontanavano fisicamente da loro con l'inizio della pubertà, confermando indirettamente quel pregiudizio quasi da tutti condiviso, secondo cui per adolescenti e adulti contatto fisico ha a che fare con affettuosità. Così gli adolescenti non ricevono abbastanza affetto, in questo senso, né dalla famiglia né dai loro amici.

È importante che l'animatore, come adulto, sfati questo mito con i ragazzi, facendo loro capire che il bisogno di un contatto fisico in segno d'affetto non è legittimo solo per i bambini.



PARTECIPANTI

DAI
14
ANNI

TEMPO



Circa
12
minuti

ISTRUZIONI



Quello che vi presento ora è un gioco molto breve. Credo che alcuni di voi vengano troppo raramente abbracciati o toccati in segno d'affetto. A lungo andare, è difficile sentirsi davvero felici in una situazione del genere. Anche gli eroi hanno bisogno ogni tanto di tenerezza. La nostra cultura è estremamente rigida al riguardo, e molti adolescenti, a meno che non abbiano già il ragazzo o la ragazza, non hanno alcuna possibilità di ricevere delle attenzioni.

Con questo gioco vi mostrerò come è possibile toccarsi l'un l'altro in modo piacevole e, nello stesso tempo, «innocuo». Cercate un compagno con cui fare questa prova...

Disponetevi a due a due nella stanza e prendete una sedia per ogni coppia... Il più giovane di ogni coppia si metterà a sedere, tenendo la schiena e la testa il più diritte possibile; chiuderà gli occhi e li terrà chiusi per tutto il gioco.

Rilassatevi e godetevi gli effetti benefici di un bel massaggio. Dite al vostro compagno se il massaggio è troppo energico o troppo debole, ovvero quando volete che indugi su una determinata parte del corpo. Respirate lentamente e immaginate di far arrivare l'aria fino al bacino.

Ogni «massaggiatore» si metterà dietro il proprio partner...

Guardate la testa del vostro compagno seduto. Piegate le dita e iniziate contemporaneamente a dare dei colpetti veloci, leggeri ed elastici sulla sua testa con tutte e due le mani. Fate un bel respiro, in modo da essere pronti abbastanza per questo «lavoro». Non allontanate mai le mani a più di un centimetro dalla testa. Iniziate il vostro massaggio... (15 secondi).

Ora spostatevi sulla nuca... (15 secondi).

Massaggiate poi la parte sotto le orecchie... (15 secondi).

Passate ora ai lati della testa e, delicatamente, alle tempie... (15 secondi).

Ora la fronte... (15 secondi).

Ora ripetete tutto un po' più velocemente e con delicatezza.

Ricominciate dal cranio, proseguite sulla nuca, sotto le orecchie, ai lati della testa e sulle tempie e, lentamente, terminate con la fronte... (15 secondi).

Il compagno seduto ora ha tempo di far continuare il massaggio dentro di sé, mentre il «massaggiatore» osserva il suo volto... (30 secondi).

Scambiatevi i posti... *(Si ripetono le istruzioni)*.

Ora parlate per 5 minuti di come vi siete trovati l'uno con l'altro. Parlate anche di come viene soddisfatto, nella vita di tutti i giorni, il vostro bisogno di un contatto fisico. Ad esempio, ogni tanto chiedete a qualcuno di massaggiarvi la schiena o di abbracciarvi? Lo fate voi a qualcuno? Parlate di questo... (5 minuti).

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme.

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quali abitudini ci sono in questo gruppo a proposito del contatto fisico?
- Mi piacerebbe fare spesso brevi esperimenti fisici?
- Mi lascio toccare solo da persone a me particolarmente vicine?
- Contatto fisico è per me sinonimo di approccio sessuale?

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo esercizio prende in esame il bisogno che ogni adolescente ha di stabilire un rapporto amichevole con altre persone, dando loro modo di rilassarsi. Contemporaneamente, ognuno dei partecipanti può esercitarsi a rendersi totalmente disponibile nei confronti di un'altra persona, dedicandosi completamente ad essa per qualche minuto.



PARTECIPANTI

DAI
14
ANNI

TEMPO



Circa
15
minuti

ISTRUZIONI



Vorrei invitarvi a procurarvi l'un l'altro, all'inizio del nostro esperimento, un piacere grande.

Sapete bene che i bambini piccoli possono diventare immensamente felici se i genitori li accarezzano. Nel corso di questo esercizio potrete constatare che adolescenti e adulti reagiscono nello stesso modo.

Cercate un compagno che vorreste conoscere più a fondo, la cui presenza cioè vi risulti particolarmente gradita...

Sedetevi l'uno di fronte all'altro...

Il più giovane di ogni coppia chiuderà gli occhi, restando in questa posizione finché non lo inviterò a riaprirli...

L'altro invece guarderà attentamente il viso del compagno, soffermandosi in modo particolare sulla parte alta di esso, cioè sulla fronte e sulle tempie... Se occorre, si sposteranno con cura i capelli dal suo viso...

Ora lentamente con i polpastrelli cominciate a cancellare dalla fronte e dalle tempie del compagno tutta la stanchezza, la tensione e le rughe ivi presenti... Mettetevi a sua completa disposizione e lasciate che le vostre mani diano a questa persona tutto ciò che le fa più piacere... (2 minuti).

Lasciate ora fronte e tempie del compagno e prendete delicatamente il suo viso tra le mani per qualche momento... (10 secondi).

Lasciatelo andare lentamente...

Ora aprite gli occhi ed invertite i ruoli...

(Si rileggano le istruzioni).

Ora discutete per 10 minuti di quello che avete provato e di come vi siete trovati l'uno con l'altro... (10 minuti)

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Quali abitudini ci sono in questo gruppo a proposito del contatto fisico?
- Mi piacerebbe fare più spesso brevi esperimenti fisici?
- Mi lascio toccare solo da persone a me particolarmente vicine?
- Contatto fisico è per me sinonimo di approccio sessuale?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da James/Jongeward)

OBIETTIVI



Nel corso di questo gioco i ragazzi possono capire il nesso che esiste tra le loro attuali possibilità di toccare qualcuno amichevolmente, o di essere toccati essi stessi, e le esperienze da loro avute nell'infanzia.

Con ciò essi hanno la possibilità di parlare ampiamente, all'interno del gruppo, del fatto che il nostro bisogno di un contatto fisico non deve essere necessariamente interpretato come desiderio sessuale.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 35
 minuti

MATERIALI



Carta da disegno, pennarelli.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco si parlerà di contatto fisico.

Probabilmente avrete già pensato, qualche volta, che esistono molte cose che non si «devono» toccare. Perciò spesso siamo confusi e non sappiamo cosa fare delle nostre mani.

Conoscete senz'altro delle persone che muovono nervosamente le mani, le nascondono nelle tasche dei pantaloni o le mettono dietro la schiena. Conoscerete anche il modo di dire «mi prudono le mani». Allora ci ricordiamo di certi divieti ed evitiamo di toccare questa o quella cosa.

Spesso vorremmo toccare un'altra persona, o per scoprire com'è al tatto o perché le siamo legati da un sentimento d'amore o d'amicizia.

Probabilmente è più facile vedere dei bambini spingersi o picchiarsi che non trattarsi con gentilezza. Quasi tutti siamo stati educati in modo tale che ci riesce più facile stabilire contatti fisici in modo aggressivo che non con delicatezza.

Ora avrete modo di scoprire quali sono state le vostre esperienze in questo campo.

Fate uno schizzo del vostro corpo visto dal davanti. Avete 5 minuti di tempo...

Prendete ora un pennarello rosso e colorate le parti del corpo nelle quali, affettuosamente, siete stati toccati spesso quando eravate piccoli. Usate invece un pennarello rosso chiaro per le zone nelle quali siete stati toccati qualche volta. Fatto ciò, prendete un pennarello blu e colorate le zone dove non siete mai stati toccati. Avete 7 minuti di tempo...

Ora tratteggiate di nero le parti nelle quali siete stati toccati grossolanamente o addirittura picchiati... (2 minuti)

Guardate attentamente il vostro disegno e fate attenzione ai ricordi e ai sentimenti che affiorano in voi se ripensate alla vostra infanzia... (2 minuti)

Dividetevi ora in gruppi di quattro...

Parlando con gli altri, provate a trovare una risposta alle seguenti domande: chi vi ha toccato di più dei vostri familiari? Oggi, alla vostra età, potete dire di aver ricevuto molte carezze quando eravate piccoli? Vostro padre è stato abbastanza affettuoso con voi, a livello fisico? Gli adulti dovrebbero picchiare i bambini? In che modo si ripercuote oggi, sulla vostra vita, il modo in cui siete stati toccati da piccoli? Chi è che oggi vi mostra il proprio affetto toccandovi? E questo succede abbastanza spesso? C'è qualcuno che ogni tanto vi abbraccia? Vi riesce facile o difficile toccare gli altri in segno d'affetto?

Se volete, potete anche mostrare agli altri il vostro disegno e spiegarlo. Avete 20 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



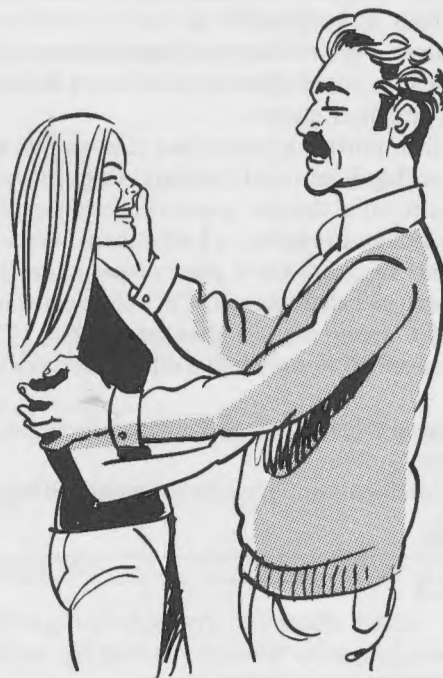
- Mi è piaciuto il gioco?
- È stato imbarazzante per me parlare di questo argomento?
- Nella mia famiglia si diceva spesso: «Prendimi in braccio», oppure: «Abbracciami»?
- Perché molti genitori toccano i figli sempre più raramente, quando questi arrivano alla pubertà?

- Sessualità e contatti affettuosi sono la stessa cosa?
- Cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Alla fine del gioco si può assegnare ai singoli gruppi il seguente compito:
«Scrivete ai genitori una breve nota su come si può o si dovrebbe toccare un figlio nelle varie fasi della sua vita: infanzia, scuola elementare, adolescenza».



(da Morrison/Price)

OBIETTIVI



Nel corso di questo scambio gli adolescenti possono pensare a come si è sviluppato nel tempo il loro modo di intendere la sessualità, e al significato di particolari esperienze avute nell'infanzia.

Parlando con altri ragazzi, essi possono rendersi conto del fatto che determinate difficoltà, che spesso pensiamo di essere gli unici ad avere, si presentano anche nella vita di altre persone.

Questa convinzione e la possibilità di affrontare liberamente, in una piccola cerchia di persone, un argomento così delicato, dovrebbero rendere tutto più facile e permettere dunque ai ragazzi di interessarsi con naturalezza a un campo di esperienze per loro nuovo e stimolante.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 75
 minuti

ISTRUZIONI



Argomento di questo gioco sono i ricordi dell'infanzia e le prime esperienze che hanno a che fare con la sessualità.

Quello che impariamo da piccoli sulla sessualità, ha spesso molta importanza per noi anche quando diventiamo più grandi.

Tutti noi tendiamo ad acquisire le opinioni dei nostri genitori, e quando questi ci dicono: «Di questo non si parla», «Questo non si fa vedere», «Questo non si fa», allora pensiamo anche noi la stessa cosa. Anche tutte le altre cose che osserviamo nella nostra famiglia determinano il nostro modo di intendere la sessualità.

Se torniamo con la mente indietro di qualche anno, può darsi che riaffiorino insegnamenti che non siamo sicuri siano ancora adatti a noi, ai nostri

desideri e alle nostre speranze. Oltre a ciò, cambiano anche le opinioni sociali su come adolescenti e adulti debbano comportarsi in questo campo. È importante perciò mettere a fuoco tutto ciò che ci è stato insegnato sulla sessualità, per poi stabilire come vogliamo intenderla oggi.

Dividetevi adesso in gruppi di tre, scegliendo come compagni i ragazzi nei quali avete più fiducia e con i quali volete trattare questo argomento...

Distribuitevi nella stanza e sedetevi in modo che i tre componenti di ciascun gruppo possano guardarsi tra loro...

Ora vi rivolgerò diverse domande: ciascuno di voi dovrà prima riflettere in silenzio su quello che vi avrò chiesto, e poi parlarne con gli altri componenti del gruppo. Dite come vi sentite, se una domanda vi mette in imbarazzo, se vi stimola, se volete discuterne oppure no. Quello che state facendo adesso, e cioè parlare con sincerità di un argomento che nella nostra cultura viene normalmente trattato con estrema falsità, non è affatto semplice.

La prima domanda che voglio porvi è: che cosa avete provato quando vi siete resi conto di essere ormai un giovanotto/una signorina? Che cosa pensavate delle ragazze o, rispettivamente, dei ragazzi? Eravate invidiosi? Guardavate gli altri dall'alto in basso? I vostri genitori trattavano diversamente maschi e femmine? Pensate in silenzio a questa prima serie di domande... (30 secondi).

Adesso parlate tra voi. Avete 5 minuti di tempo...

(Dopo 4 minuti):

Avete ancora 1 minuto a disposizione...

(Si proceda nello stesso modo. Il tempo a disposizione per i diversi gruppi di domande a poco a poco diventerà più lungo).

Come venivano affrontati nella vostra famiglia temi come la nudità, i discorsi sulla sessualità e il contatto fisico? (6 minuti).

Che ricordo avete del «gioco del dottore» e di altri giochi a sfondo sessuale? I vostri genitori hanno saputo che ci giocavate? Come hanno reagito? Vi siete sentiti in colpa per questo? (8 minuti).

Qual è il primissimo ricordo che avete della sessualità dei vostri genitori? Come vi siete sentiti in quel momento? (6 minuti).

Che cosa avete sentito dire e imparato sulla sessualità da ragazzi e ragazze della vostra età? Come avete reagito? (7 minuti).

Che ricordo avete di esperienze sessuali con bambini del vostro stesso sesso? Che significato avevano per voi quelle esperienze? (7 minuti).

Che ricordo avete dell'inizio della pubertà, della prima mestruazione, della prima eiaculazione notturna, dei desideri sessuali, dei cambiamenti fisici? Come vi sentivate in quel periodo? (8 minuti).

Che ricordo avete del primo bacio o del primo contatto fisico? Che ricordo avete del vostro primo amore? (8 minuti).

Pensate che ci sia un nesso tra le esperienze sessuali che avete avuto da piccoli e il vostro attuale modo di intendere il sesso? (8 minuti).

Dunque queste erano le mie domande. Parlate ora di come vi siete sentiti durante questa conversazione con gli altri due componenti del gruppo e del significato che questo scambio di vedute ha avuto per voi. Avete altri 5 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuta questa esperienza?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Quale domanda penso sia stata scabrosa e spiacevole?
- Ho parlato, malgrado non lo volessi affatto?
- Ho mai parlato della sessualità così apertamente? Con chi?
- Come mi sento adesso?
- Che cosa vorrei dire ancora?

UN «VERO» RAGAZZO UNA «VERA» RAGAZZA

(Vopel)

OBIETTIVI



Nel corso di questo esercizio i ragazzi potranno rendersi conto di tutto ciò che i genitori hanno voluto da loro, affinché imparassero a comportarsi conformemente al proprio sesso.



PARTECIPANTI

DAI
16
ANNI

TEMPO



Circa
60
minuti

MATERIALI



Modulo «Un «vero» ragazzo - Una «vera» ragazza».

UN «VERO» RAGAZZO - UNA «VERA» RAGAZZA

Scrivi le dieci cose che i tuoi genitori hanno preteso da te, così da farti diventare un «vero» ragazzo o una «vera» ragazza.

Mamma:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Papà:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.



ISTRUZIONI



Tema di questo incontro sarà il nesso tra comportamento e sesso di una persona.

La cultura ha assegnato all'uomo e alla donna ruoli diversi, provvedendo così a una opportuna divisione dei compiti, sia dal punto di vista spirituale che da quello professionale. Così, ad esempio, in base alla classica divisione dei ruoli, la donna si occupa della famiglia, mentre l'uomo porta a casa i soldi.

C'è da tener presente poi una sorta di assegnazione di «compiti psicologici», per cui la donna può piangere e avere paura, mentre l'uomo deve essere forte ed eroico.

Non tutti i canoni e prescrizioni della cultura hanno cominciato a vacillare, oggi, come questi due. Molti continuano a essere tramandati nel tempo. Nel corso di questo esercizio, potrete prendere in esame tutto ciò che i vo-

stri genitori vi hanno insegnato, potrete capire come devono o non devono comportarsi, secondo loro, un «vero ragazzo» e una «vera ragazza».

Ad esempio, vi hanno insegnato che solo le bambine giocano con le bambole e solo i maschi dovrebbero giocare con le costruzioni?

Qui è riportato un modulo che dovrete compilare in 30 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro, in modo tale che all'interno di ciascun gruppo vi sia un egual numero di ragazzi e ragazze... Parlate poi soprattutto delle richieste che vi sembrano più difficili da capire e scoprite cosa ne pensano gli altri. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto l'esperimento?
- In merito al diverso ruolo che l'uomo e la donna hanno nella vita, che cosa considero come una limitazione?
- In merito al diverso ruolo che l'uomo e la donna hanno nella vita, che cosa è ancora valido oggi?
- Sono felice di essere una ragazza/un ragazzo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Morrison/Price)

OBIETTIVI



Nel corso di questo esercizio i ragazzi potranno chiarire alcuni aspetti della propria identità sessuale, prendendo in esame le seguenti domande: chi sono io in quanto ragazzo o ragazza? Che significato ha per me l'appartenere a un determinato sesso? Chi sono io rispetto all'altro sesso?



PARTECIPANTI

DAI
16
ANNI

TEMPO



Circa
70
minuti

MATERIALI



Carta da disegno, un pennarello.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo esperimento si prenderà in esame la vostra identità in quanto ragazzi o ragazze.

Per cominciare, concentratevi su voi stessi e, se questo vi può aiutare, chiudete gli occhi...

Chi sei tu? Che cosa determina il tuo essere un ragazzo o una ragazza?...

Pensa al tuo corpo. Immagina di essere nudo davanti allo specchio e di guardarti... Che aspetto hai?... (1 minuti).

Guardati come se ti vedessi per la prima volta; osserva con attenzione la forma di ogni parte del tuo corpo, i punti piatti e quelli rotondi, i capelli, il colore e lo stato della pelle, la tua altezza e la tua forma...

Che cosa ti piace? Che cosa ti irrita?... (1 minuto). Che importanza ha avu-

to finora il tuo corpo nella tua vita? Che cosa ti ha permesso di fare? Che cosa ti ha impedito di fare?... (1 minuto).

In che modo il tuo corpo ha influito sulla tua vita di ragazzo o ragazza?... (1 minuto).

Guardati i genitali e il petto. Che sensazioni provi? Che significato hanno queste sensazioni per la tua identità di uomo o donna?... (1 minuto).

Adesso concentrati sulla tua personalità, il tuo temperamento, la tua volontà, il tuo spirito e su tutto ciò che ti rende unico. Come descriveresti te stesso?... (1 minuto).

Ora immagina di scendere giù per una strada... Incontri un uomo/una donna... Che cosa fai? Che aspetto hai quando ti avvicini a questa persona?... Come si svolge l'incontro?... (1 minuto).

Tui sei tutto quel che hai visto adesso e molto di più. E non c'è nessun altro al mondo come te... Come sei tu?... (1 minuto).

Adesso aprite gli occhi e fate un vostro autoritratto, attraverso il quale esprimere alcuni dei vostri pensieri e dei vostri sentimenti. Ritraetevi così come voi stessi vi vedete, decidendo se usare, a tal fine, uno stile realistico o simbolico. Avete 15 minuti di tempo a disposizione...

Dividetevi ora in gruppi di quattro...

Ciascuno di voi, in silenzio, metta il proprio disegno al centro del gruppo, in modo che gli altri possano dire che cosa vedono, quali sono le loro reazioni e i loro pensieri in relazione alla figura rappresentata.

Durante l'esame dei vari disegni, possono tornare utili alcune domande del tipo: che cosa esprimono i colori usati, il colore predominante, le varie combinazioni tra i colori? Che cosa suggeriscono il tratteggio, lo spessore e le interruzioni delle linee, l'aspetto della persona raffigurata attraverso curve, cerchi, spigoli, angoli acuti, ecc.? Che cosa esprimono le proporzioni tra le varie parti del disegno? Cosa emerge dal modo in cui è stato riempito lo spazio a disposizione? Che cosa vi suggeriscono le parti che sono state tralasciate o lasciate incomplete?

Dopo che gli altri tre componenti del gruppo hanno espresso i propri pensieri e le proprie reazioni, il ragazzo interessato dirà agli altri ciò che gli sembra importante nel suo disegno, ciò che ha un significato per lui.

Provate poi a dire in alcune frasi come vi sentite adesso come ragazzo o ragazza. Avete a disposizione, per il vostro colloquio, 45 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...



- Mi è piaciuto questo scambio?
- Quali persone ho considerato come dei modelli per la mia identità di uomo/donna?
- Che cosa mi rende più orgoglioso, al momento, sul fatto di essere un ragazzo/una ragazza?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Mi sono sentito capito dagli altri ragazzi del mio gruppo?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Sargent)

OBIETTIVI



Nel corso di questo scambio i ragazzi potranno chiarire meglio la propria posizione nei riguardi del sesso, prendendo in esame ciò che si aspettano da esso e ciò che di esso pensano.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 50
 minuti

MATERIALI



Modulo «Uomini e donne».

UOMINI E DONNE

Rispondi scrivendo ogni volta tutto quello che ti viene in mente. Usa eventualmente un altro foglio di carta.

1. Dal momento che sono un ragazzo/una ragazza

- devo

.....

.....

.....

- *mi è consentito*.....

.....

.....

- *non mi è consentito*

.....

.....

2. *Se fossi una ragazza/un ragazzo*

- *potrei*

.....

.....

- *...rei*

.....

.....

- *non ...rei*

.....

.....

3. *Come «persona» vorrei*

.....

.....

.....

4. La cosa più importante per un uomo è

.....
.....
.....

5. La cosa più importante per una donna è

.....
.....
.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo esercizio potrete chiarire la vostra posizione in merito al ruolo sessuale che pensate di avere, in quanto maschi o femmine, e stabilire ciò che ritenete importante a questo proposito.

Qui è riportato un modulo da compilare in 20 minuti...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Ciascuno esponga le proprie idee, servendosi degli altri come interlocutori per chiarire ciò che reputa difficile. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Come ha influito positivamente mio padre sulla mia identità sessuale?
- Come ha influito positivamente mia madre sulla mia identità sessuale?
- Chi altro mi ha aiutato a sentirmi uomo/donna?
- Che cosa mi manca ancora per rientrare completamente nell'immagine che mi sono creato io stesso dell'uomo/della donna?
- Mi sono sentito capito dagli altri ragazzi del gruppo?
- Quale questione è rimasta in sospeso e quale vorrei ancora chiarire con tutti gli altri ragazzi?

(da Morrison/Price)

OBIETTIVI



Nel corso di questo esercizio i ragazzi potranno prendere in esame i pro e i contro del ruolo che la cultura ha assegnato all'altro sesso. Così, più coscienti e motivati, potranno allargare le proprie vedute, rendendo più elastica la considerazione del proprio ruolo di uomo o di donna. Nello stesso tempo avranno modo di comprendere più a fondo tutte le difficoltà che incontrano, nella nostra società, persone dell'altro sesso.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 80
 minuti

MATERIALI



Fogli di carta da imballaggio, pennarelli.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo esercizio potrete esaminare quali sono, nella nostra società, i pro e i contro legati al fatto di essere nati maschi o femmine. A questo scopo comincerete il gioco in un gruppo di sole femmine o di soli maschi. Le ragazze si occuperanno di cosa significhi essere uomini e i ragazzi di cosa significhi essere donne. Dividetevi ora in gruppi di sei, in modo che ogni gruppo sia composto da sole femmine o da soli maschi... Ciascun gruppo prenda un grosso foglio di carta e lo divida a metà tracciando una linea verticale.

I ragazzi scriveranno nella colonna di sinistra il titolo «Vantaggi dell'esser donna» e in quella di destra il titolo «Svantaggi dell'esser donna».

Le ragazze scriveranno invece a sinistra «Vantaggi dell'esser uomini» e a destra «Svantaggi dell'esser uomini».

Fatto ciò, scrivete nelle due colonne tutti i pro e i contro che vi vengono in mente, prendendo in considerazione solo quelli che la maggioranza di ogni gruppo ritiene giusti. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate rapidamente un cerchio unico e scambiate la vostra lista con quella di un gruppo dell'altro sesso...

Dividetevi nuovamente in gruppi e discutete della lista che vi è stata data dagli altri e nella quale sono descritti i pro e i contro dell'appartenere al vostro stesso sesso. Quali affermazioni ritenete giuste? Quali ingiuste? Vi sentite capiti? Avete 15 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico...

Adesso avrete la possibilità di ascoltare come si sentono nei loro panni alcuni di voi, quali sono per loro, nella vita di tutti i giorni, i pro e i contro dell'esser maschi o femmine.

Si facciano avanti dei volontari, sei ragazzi e sei ragazze, che si siederanno poi al centro della stanza, per discutere dei vantaggi e degli svantaggi che derivano loro, nella vita di tutti i giorni, dall'esser maschi o femmine...

Gli altri si siederanno formando un cerchio esterno e staranno ad ascoltare.

Al centro inoltre saranno poste due sedie vuote, in modo che eventuali componenti del cerchio esterno, purché dello stesso sesso di coloro che sono al centro, possano fare brevi interventi. Cominceranno a parlare tra loro le sei ragazze, che dunque andranno per prime al centro del cerchio. Avete 15 minuti di tempo...

Ora è la volta dei ragazzi, che avranno a disposizione altri 15 minuti...

Riformate poi un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto l'esperimento?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Come ragazzo, mi sento capito dalle ragazze?
- Come ragazza, mi sento capita dai ragazzi?
- Chi ha contribuito in modo determinante all'esperimento?
- Che atmosfera c'è in questo gruppo tra ragazzi e ragazze?
- Ci completiamo a vicenda? C'è rivalità tra noi?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(da Brown)

OBIETTIVI



Questo gioco dà modo agli adolescenti di discutere in modo realistico e sincero di quello che essi trovano attraente o irritante nell'altro sesso, aiutandoli soprattutto a esprimere e cancellare eventuali risentimenti.



PARTECIPANTI

 DAI
17
 ANNI

TEMPO


 Circa
 160
 minuti

MATERIALI



Grossi fogli di carta da disegno, pennarelli.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete concentrarvi su quello che, come ragazzi, apprezzate o non sopportate delle ragazze, e viceversa.

Nella prima parte del gioco le ragazze andranno in un'altra stanza, in modo che i ragazzi e ragazze lavorino in due gruppi separati.

Ogni gruppo, per prima cosa, preparerà due liste: nella prima scriverà tutto quello che i singoli componenti del gruppo apprezzano dell'altro sesso, mentre la seconda conterrà l'elenco di tutto quello che essi detestano dell'altro sesso.

Evitate di discutere quello che viene detto: limitatevi ad annotare le varie osservazioni così come vengono espresse. Poi mettetevi tutti d'accordo su una domanda che volete rivolgere all'altro gruppo. Pensate a una domanda che avreste sempre voluto fare e che sinora non avete mai osato rivolgere a nessuno. Avete 20 minuti di tempo...

Riunitevi ora tutti insieme...

Le ragazze si siedono formando un cerchio interno e i ragazzi restano nel cerchio esterno. Nei prossimi 45 minuti le ragazze discuteranno le affermazioni contenute nei due elenchi, parlando delle proprie idee e delle proprie esperienze. I ragazzi ascolteranno in silenzio, per poi dare il cambio alle ragazze nel cerchio interno e discutere delle proprie affermazioni... (90 minuti).

(Eventualmente accorciare i tempi).

Ora, a turno, un ragazzo e una ragazza discutano per 10 minuti dell'andamento del gioco. Che cosa vi soddisfa? Che cosa vi ha deluso? A quali conclusioni siete giunti?... (10 minuti).

Riformate ora un cerchio unico...

Vediamo insieme in quali punti concordano e in quali eventualmente differiscono le liste delle ragazze e quelle dei ragazzi.

Inoltre, adesso possiamo parlare dei sentimenti emersi nei due cerchi, e dei pensieri e delle riflessioni che occupano la mente di ciascuno dei partecipanti... (circa 30 minuti).

Per chiudere, ogni gruppo rivolga all'altro la domanda più importante sulla quale i suoi componenti si sono accordati, in modo che i partecipanti interpellati provino a dare una risposta...



APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Qual è la cosa principale che i ragazzi vogliono oggi dalle ragazze?
- Qual è la cosa principale che le ragazze vogliono oggi dai ragazzi?
- Che cosa ho imparato da questo gioco?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Il gruppo non dovrebbe comprendere più di 20 partecipanti.

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo esercizio dà modo ai ragazzi di ricevere delle risposte a domande sulle quali essi rimuginano in continuazione, ma che ritengono difficili da rivolgere a qualcuno direttamente, poiché riguardano l'altro sesso.



PARTECIPANTI

 DAI
14
 ANNI

TEMPO


 Circa
 60
 minuti

MATERIALI



Foglietti di carta e matite.

ISTRUZIONI



Nel corso di questo esercizio potrete chiedere, in modo relativamente sicuro, tutto ciò che avete sempre desiderato sapere sul sesso.

Pensate un attimo a una domanda che vi occupa la mente da un po' di tempo e alla quale vorreste ricevere una risposta da diverse persone appartenenti all'altro sesso. Adesso avrete l'opportunità di porre questa domanda anonimamente. Scrivetela su un bigliettino senza aggiungere il vostro nome. Specificate se devono essere ragazzi o ragazze a dare una risposta. Avete 5 minuti di tempo...

A questo punto raccoglierò i foglietti e li leggerò ad alta voce uno dopo l'altro. Il gruppo di volta in volta interpellato cercherà di rispondere alla domanda in questione, esprimendo le proprie opinioni e parlando delle proprie esperienze.

Non è necessario che l'autore della domanda si faccia riconoscere...



- Mi è piaciuto l'esercizio?
- Che atmosfera c'era nel gruppo?
- I ragazzi e le ragazze di questo gruppo cercano di instaurare rapporti leali e basati sulla comprensione?
- Che cosa vorrei dire ancora?

(Vopel)

OBIETTIVI



Questo gioco stimola i ragazzi a prendere in considerazione il difficile rapporto che c'è tra amore, sessualità e potere, e a parlare con dei coetanei dei propri modelli di comportamento e delle proprie vedute.



PARTECIPANTI

 DAI
15
 ANNI

TEMPO


 Circa
 50
 minuti

MATERIALI



Storia di Abigail e Gregor; questionario.

ABIGAIL E GREGOR

C'era una volta una ragazza di nome Abigail che viveva presso il fiume Alligatore, dimora di numerosi coccoodrilli. Gregor, il suo ragazzo, viveva al di là del fiume.

Entrambi si amavano profondamente e si struggevano dal desiderio di rivedersi. Sfortunatamente, infatti, un temporale aveva distrutto il ponticello del fiume e per i due era diventato difficile incontrarsi.

Abigail si sentiva morire di nostalgia, pertanto andò a trovare Sindbad il pescatore, che possedeva l'unica barca della regione. Abigail gli illustrò la situazione e lo pregò di condurla al di là del fiume.

Sindbad si dichiarò disposto ad aiutarla, a patto però che Abigail andasse prima a letto con lui. La ragazza rimase scandalizzata da una simile proposta, per il semplice fatto che non era innamorata di Sindbad e dunque non

voleva andare a letto con lui. Rifiutò allora le pretese di Sindbad e andò via, in cerca di qualcun altro che potesse aiutarla. La ragazza chiese aiuto a molte persone, ma nessuno fu in grado di risolvere il suo problema.

Deluso, Abigail tornò a casa da sua madre e le raccontò dei suoi inutili sforzi e della proposta di Sindbad, pregandola di consigliarla.

La madre rispose: «Vedi, Abigail, ormai sei cresciuta. Devi sapere da sola cosa vuoi fare e da sola prendere le tue decisioni». Dopo aver parlato, la madre si alzò per dedicarsi alle proprie faccende.

Abigail rifletté a lungo. Alla fine decise di accettare la proposta di Sindbad, pur di rivedere Gregor, e passò la notte col pescatore. Questi mantenne la promessa, e il mattino seguente condusse la ragazza all'altra riva del fiume.

Dopo aver trascorso delle ore felici con Gregor, Abigail sentì il bisogno di raccontargli cosa era accaduto.

Ascoltata la storia, Gregor andò su tutte le furie: «Cosa?! Non posso credere che tu abbia fatto questo! Sei andata a letto con Sindbad! È finita tra noi! Dimentichiamoci l'uno dell'altra! Non voglio avere più niente a che fare con te!».

Disperata, Abigail se ne andò. Mentre piangeva, si imbatté in un giovane di nome Slug: col capo sulla sua spalla, Abigail gli confidò il proprio dolore. Slug ascoltò pieno di indignazione e si recò quindi da Gregor per picchiarlo.

Abigail lo seguì, restò a guardare da lontano e cominciò a ridere.

Rifletti da solo sulla storia di Abigail e Gregor.

Prova ora a individuare vari tipi di amore.

Quant' tipi di amore riesci a trovare e come puoi definirli brevemente?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Che atteggiamento hanno nei confronti della sessualità i personaggi di questa storia?

Abigail

Sindbad

Madre di Abigail

Gregor

Slug

Con chi riesci a identificarti di più?

Fai una classifica delle cinque persone partendo da quella a te più vicina.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ISTRUZIONI



Nel corso di questo gioco potrete occuparvi di argomenti quali amore e sessualità, fedeltà e infedeltà, torti e vendette.

Vi racconterò una storia nella quale sono contenuti tutti problemi che anche noi potremmo essere costretti ad affrontare...

(Si racconti la storia di Abigail e Gregor).

Ecco, questa era la storia di Abigail e Gregor che volevo raccontarvi.

Ognuno di voi adesso riceverà una copia del testo del racconto...

Nel secondo foglio troverete delle domande alle quali dovrete rispondere da soli, ognuno per conto proprio. Avete 20 minuti di tempo...

Dividetevi ora in gruppi di quattro... Parlate di quello che avete scoperto. Avete 15 minuti di tempo.

Per continuare la discussione, prendete in considerazione domande del tipo: quali qualità mancano a ciascuno dei personaggi della storia? Avete altri 15 minuti a disposizione...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

(Si lasci che i vari gruppi dicano come hanno risposto all'ultima domanda).



APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Che cosa ho imparato nella mia famiglia sulla sessualità?
- Come viene vista la sessualità nella cultura moderna?
- Da quali regole, leggi e tabù è caratterizzata oggi la sessualità? Quali di essi ritengo giusti? Quali superflui? Quali pregiudizievoli?
- A che posto è la sessualità nella mia scala di valori?
- Cosa penso del legame che c'è tra sessualità e amore?
- Cosa penso del legame che c'è tra sessualità e potere?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Per l'animatore

Più che essere interpretati, i brani riportati (54 e 55) vanno considerati come stimoli forti per favorire la consapevolezza rispetto ai propri modi di porsi e quindi anche il confronto e la discussione.

(da Goodman)

OBIETTIVI



Questo gioco dà modo ai ragazzi di analizzare approfonditamente il rapporto che c'è tra sessualità, piacere e responsabilità.



PARTECIPANTI

 DAI
16
 ANNI

TEMPO


 Circa
 60
 minuti

MATERIALI



Storia di Patrizia e Marco; grossi fogli di carta, pennarelli.

PATRIZIA E MARCO

Patrizia e Marco, entrambi sedicenni, stanno insieme da un anno. I due vorrebbero andare a letto insieme, ma c'è un problema: Marco non vuole far uso di preservativi perché proverebbe meno piacere, e vuole dunque che Patrizia prenda la pillola.

Patrizia chiede a Bettina, la sua migliore amica, come ci si può procurare la pillola. Bettina monta su tutte le furie, dando della sguardrina a Patrizia e rifiutandosi di affrontare l'argomento con lei.

Il giorno dopo Patrizia si reca dalla sua insegnante preferita e le espone il problema. La professoressa promette di aiutarla e le regala una confezione di pillole anticoncezionali.

Dopo qualche settimana i genitori di Patrizia scoprono nella sua scrivania

la scatola vuota e le chiedono spiegazioni. La ragazza racconta tutta la storia, dicendo anche chi le ha dato le pillole. I genitori, scandalizzati, vanno dal direttore della scuola a reclamare. Nei confronti dell'insegnante viene preso un provvedimento disciplinare e la stessa viene obbligata a lasciare la scuola.

Chi è stato a tuo avviso il più irresponsabile?



ISTRUZIONI

Nel corso di questo gioco si parlerà del nesso esistente tra sessualità e responsabilità.

A questo proposito vorrei anzitutto raccontarvi una storia...

(Si racconti la storia di Patrizia e Marco).

Ci sono qui anche delle fotocopie del testo per ognuno di voi.

Rileggetelo in silenzio e rispondete alla domanda riportata alla fine. Avete 10 minuti di tempo.

Dividetevi in gruppi di quattro... Confrontate le vostre risposte e spiegate cosa vi ha portato a determinate conclusioni. Avete 15 minuti di tempo a disposizione...

Soffermatevi ora su questa domanda: quale altro comportamento avrebbero potuto avere tutti i personaggi della storia, sia gli adulti che i ragazzi, in modo da dare alla vicenda un tono positivo? Pensate a varie alternative per ogni personaggio e scrivetele su un grosso foglio di carta. Avete 30 minuti di tempo...

Riformate ora un cerchio unico, in modo che possiamo valutare l'esperienza tutti insieme...

(Si lasci che i singoli gruppi esponano i risultati del proprio lavoro).

APPROFONDIMENTO



- Mi è piaciuto il gioco?
- Parlo di sessualità con i miei genitori?
- Chi costituisce un interlocutore ideale per gli adolescenti in materia di sessualità?
- Che compito hanno i genitori riguardo allo sviluppo sessuale dei figli?

- A partire da quando una persona diventa responsabile della propria sessualità?
- Che cosa vorrei dire ancora?

OSSERVAZIONI



Il dilemma oggettivo descritto nella storia è da vedersi, tra l'altro, nel fatto che per il pieno sviluppo dell'autonomia dell'adolescente è normale parlare della propria attività sessuale non tanto con i genitori, quanto piuttosto con coetanei o con altre persone di fiducia.

(Si provi a parlare con i ragazzi della questione se sia giusto o meno avere certi segreti per i genitori e di chi, invece dei genitori, possa essere un valido interlocutore).

1. L'ordine dei fratelli	27
2. Mia sorella	28
3. Sembra che dovessi parlare	29
4. L'ansietà del genitore	30
5. Scoprire la vergogna	31
6. Cosa quella che non si fa ancora con loro	32
7. Parlo ai genitori	33
8. Accidentalità	34
9. Sospetto di omosessualità	35
10. Anche così	36
11. Tre generazioni	37
12. Intervista al genitore	38
13. Topica di una	39
14. Nuovo professionista del genitore	40
15. Quando i figli diventano grandi	41
16. Detti e detti	42
17. Silenziosità del genitore	43
18. Il tuo viso	44
19. Quello che ho sempre visto sfiorare	45
20. Al verso di un luogo sconosciuto	46

AMORE E AMICIZIA

1. Qualche	47
2. Dare e prendere	48
3. Amore e amicizia	49

Indice

Presentazione	<i>pag.</i>	3
Introduzione	»	9

DISTACCO DALLA FAMIGLIA D'INFANZIA

1. Eredità	»	17
2. Detti familiari	»	20
3. Ritratti familiari	»	22
4. Confini della famiglia	»	26
5. L'ordine dei fratelli	»	29
6. Miti familiari	»	32
7. Rabbia «da desatellizzazione»	»	36
8. Caricatura dei genitori	»	39
9. Scompiglio in famiglia	»	42
10. Tutto quello che non ti ho ancora mai detto	»	44
11. Pretese dei genitori	»	46
12. Prescrizioni	»	49
13. Somiglianze e differenze	»	53
14. Associazioni	»	56
15. Tre generazioni	»	59
16. Intervista ai genitori	»	61
17. Storia di vita	»	65
18. Ruolo professionale dei genitori	»	67
19. Quando i figli diventano grandi	»	73
20. Diritti e doveri	»	75
21. Ripartizione del potere	»	78
22. Il nido vuoto	»	82
23. Quello che ho sempre voluto chiedere	»	85
24. All'inizio di un lungo viaggio	»	88

AMORE E AMICIZIA

25. Scambio	»	93
26. Dare e prendere	»	96
27. Risonanza	»	99

28. Saluti affettuosi	»	102
29. Persone e luoghi	»	105
30. Frasi gentili	»	109
31. Regali	»	114
32. Educazione alla solitudine	»	117
33. Educazione e amicizia	»	120
34. Chi fa parte della «banda»?	»	122
35. Cosa si deve fare per l'amicizia?	»	126
36. I miei amici	»	128
37. Chi mi è vicino	»	131
38. Incontro con un amico	»	134
39. Gli amici della mia vita	»	138
40. Il mio cuore	»	141
41. È amore questo?	»	144
42. Dizionario dell'amore	»	147
43. Cosa ci si aspetta da un lungo rapporto a due	»	149
44. Massaggio della testa	»	152
45. Massaggio di fronte e tempie	»	154
46. Contatto fisico in famiglia	»	156

SESSUALITÀ

47. Ricordi	»	161
48. Un «vero» ragazzo - Una «vera» ragazza	»	164
49. Identità sessuale	»	169
50. Uomini e donne	»	172
51. Pro e contro	»	175
52. Sessi a confronto	»	177
53. Domande importanti	»	180
54. Abigail e Gregor	»	182
55. Patrizia e Marco	»	187

GIOCHI DI INTERAZIONE PER ADOLESCENTI E GIOVANI

L'adolescente in crescita, che mira a diventare adulto e vive un tempo di rivalutazione del proprio io, tende a «sminuire» il valore dei genitori e riceve nuovi punti di riferimento dalla scuola, dai compagni di scuola e dagli insegnanti, dai coetanei con i quali si incontra nel tempo libero. Qui può accingersi a verificare le norme e i valori trasmessigli dai genitori, a mettere alla prova la loro utilità, ed eventualmente a rifiutarli, variarli o completarli.

Per questo motivo i giochi di interazione possono servire in maniera straordinaria allo sviluppo degli adolescenti. Nel momento in cui importanti temi di vita vengono alla luce nel gruppo dei coetanei e vengono espresse differenti esperienze, rappresentazioni e fini, l'adolescente ha molteplici occasioni di confronto della propria situazione con quella degli altri.

I volumi di questa collana sono una miniera di esercizi, di tecniche di vita di gruppo, di giochi di interazione. Essi seguono un itinerario ideale, ma rimangono solo esercizi ed esigono quindi di essere incastonati in veri e propri itinerari formativi. Il primo volume aiuta soprattutto l'adolescente a collocarsi nella vita e ha il pregio di mettere a disposizione alcuni giochi di interazione esplicitamente per i lavoratori; il secondo si preoccupa maggiormente dell'interiorità, delle risonanze personali e soprattutto della iniziale capacità di sintesi; il terzo affronta con coraggio un'altra area importante della vita dell'adolescente: l'affettività; infine il quarto volume spinge l'adolescente a programmare la sua vita, a imparare a valutare, ad affrontare e risolvere i problemi che via via trova, a diventare indipendente.

Volume 1

Valori, obiettivi e interessi
Scuola e apprendimento
Lavoro e tempo libero

Volume 2

Identità
Pregi e capacità
Corporeità

Volume 3

Distacco dalla famiglia d'infanzia
Amore e amicizia
Sessualità

Volume 4

Programmazione di vita
Soluzione dei problemi
Cooperazione

L. 16.000

ISBN 88-01-12859-2



9 788801 128598