

Giochi ed esperienze del Teatro dell'oppresso applicate al lavoro di gruppo con uomini autori di violenza nelle relazioni affettive.

Manuale 2022

Giochi ed esperienze del Teatro dell'oppresso applicate al lavoro di gruppo con uomini autori di violenza nelle relazioni affettive.

Progetto "Applicazione di una metodologia creativo-espressiva al lavoro con gli autori di violenza nelle relazioni affettive. Un modello sperimentale". Finanziato con i Fondi 8xmille Chiesa Valdese.

A cura di:

Silvia Amazzone e Mario De Maglie

Graphic design:

Nina Peci

Pubblicato:

Giugno 2022

Il manuale nasce all'interno del progetto "Applicazione di una metodologia creativo-espressiva al lavoro con gli autori di violenza nelle relazioni affettive. Un modello sperimentale" finanziato con fondi 8x1000 Chiesa Valdese, bando 2020.

Con questo manuale presentiamo una guida pratica per operatori e operatrici dei programmi per uomini autori che vogliono applicare le tecniche e le attività del Teatro dell'oppresso all'interno dei gruppi di cambiamento per gli uomini autori di violenza nelle relazioni affettive.

Il manuale è composto da 10 moduli della durata di circa di 2 ore.

**Giochi ed esperienze
del Teatro dell'oppresso
applicate al lavoro
di gruppo con uomini
autori di violenza
nelle relazioni affettive.**

Manuale 2022

Il centro CAM

Il Centro Ascolto Uomini Maltrattanti nasce a Firenze nel 2009 ed è il primo centro italiano ad occuparsi della presa in carico di uomini autori di violenza nelle relazioni affettive attraverso percorsi volti all'assunzione di responsabilità del comportamento agito al fine di garantire maggiore sicurezza a donne e bambini.

Lavora in stretta collaborazione con Servizi/Enti/Istituzioni territoriali. Fa parte della rete nazionale RELIVE (Relazioni Libere dalle violenze) e della rete europea WWP EN (*Work With Perpetrators*) dei programmi per autori.

Dal 2012 ha aperto altre quattro sedi sul territorio nazionale: a Roma, a Ferrara, a Cremona e a Sassari-Olbia e quattro Sportelli a Pistoia, Montecatini, Prato e Empoli.

Il CAM si occupa del contrasto alla violenza contro donne e bambini a più livelli attraverso:

- percorsi di cambiamento volti agli uomini autori di violenza nelle relazioni affettive;
- sensibilizzazione della cittadinanza
- formazione degli operatori
- interventi di prevenzione della violenza con gli/le alunne delle scuole primarie e secondarie;
- iinterventi di sensibilizzazione al genere con uomini migranti e rifugiati.
- attività di ricerca

sommario

MODULO 1

Le Emozioni: esplorarle, riconoscerle e mostrarle.....6

MODULO 2

Cosa è accettabile e cosa no? 10

MODULO 3

Punti di vista diversi nel conflitto..... 14

MODULO 4

Render Conto: mettiamo in scena!..... 18

MODULO 5:

Potere e Controllo22

MODULO 5 BIS

Potere e Controllo26

MODULO 6

Comunicare.....28

MODULO 7

Stereotipi di genere: le false credenze che portano al sessismo (I).....32

MODULO 8

Stereotipi di genere: scopriamo i nostri copioni (II).....36

MODULO 9

Comprendere le false credenze che giustificano la violenza.....40

modulo1

Le Emozioni: esplorarle, riconoscerle e mostrarle

Obiettivo del modulo:	Il modulo ha l'obiettivo di Esplorare, Riconoscere e Nominare le emozioni in noi e negli altri; Sperimentare e mostrare le varie emozioni
Numero partecipanti:	dai 5- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Riconoscere le emozioni, mostrare le emozioni, empatia, la mimica delle emozioni

Attività rompighiaccio:

Le statue

Descrizione

Si chiede ai partecipanti che si muovano liberamente nello spazio, che prestino attenzione solo a come camminano, ai loro passi, a come appoggiano il piede e provino a camminare lentamente con attenzione. Mentre camminano il facilitatore nominare delle parole e loro cercheranno di rappresentarle con i loro corpo. Quando il facilitatore dirà scogli le persone continueranno a riprendere il loro passo fino a che non sentiranno un'altra parola e dovranno riposizionarsi personificando la parola. Indicativamente si possono nominare emozioni/stati di animo/sentimenti: paura, rabbia, impotenza, allegria, amore, dolore, frustrazione, rabbia, aggressività, tristezza, etc.. Alla fine si può far camminare i partecipanti e chiedere che si concentrino nel loro stato di animo adesso, di fermarsi e rappresentarlo.

Una variante è che si chieda di passare da un'emozione all'altra senza dire "sciogli".

Note per i facilitatori: Nel debriefing si può chiedere come è stato rappresentare con il corpo l'emozione, facile, difficile, etc.

Attività centrale:

Mettiamo in scena

Dividiamo in due squadre il gruppo ed a ogni gruppo diamo delle carte con

su scritto un'emozione o uno stato emotivo: paura, rabbia, allegria, sorpresa, disgusto, tristezza, frustrazione, impotenza, sono solo esempi di possibili emozioni che possono essere date ai partecipanti.

Nelle squadre a coppie si rappresenta una delle emozioni/stato d'animo rappresentato sulla carta e l'altra squadra deve indovinare.

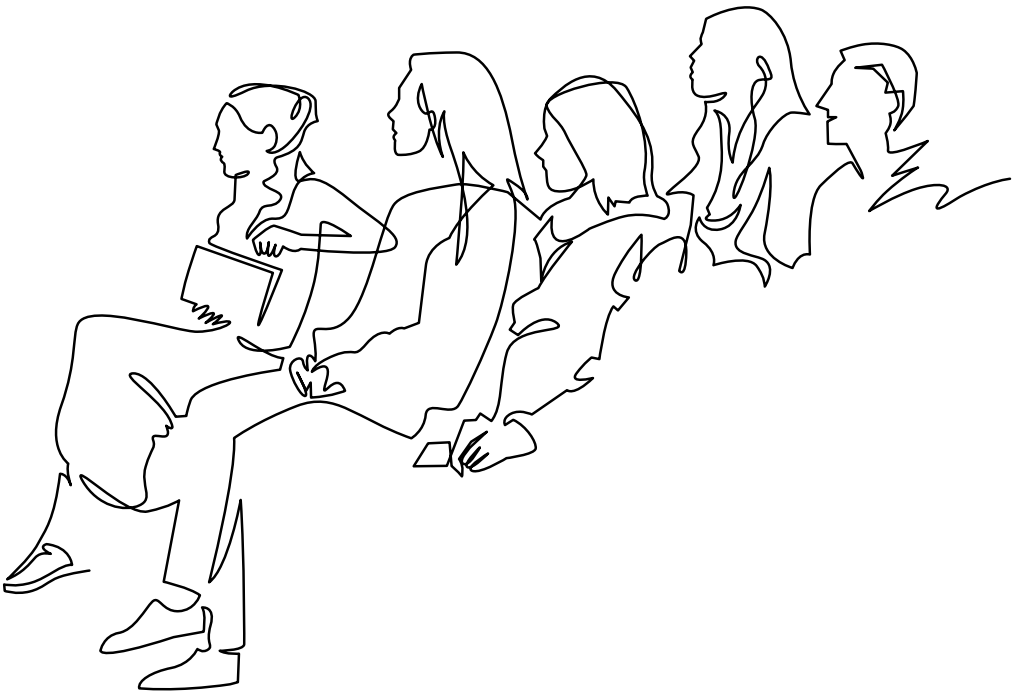
Per rappresentare l'emozione ogni coppia dovrebbe pensare ad una situazione in cui si è provata quell'emozioni/stato d'animo scritta sulla carta.

Le coppie prima di tutto personificano l'emozione solo con la posizione del corpo per un minuto, senza usare le parole, successivamente potranno usare anche le parole per rappresentare la situazione/episodio in cui è stato provato tale emozione.

Ad ogni messa in scena dell'emozione si riflette su:

- Aspetti non verbali, posturali dell'espressione dell'emozioni
- Aspetti verbali dell'espressione dell'emozione
- Si chiede agli attori come si sono sentiti a mettere in scena
- Si chiede agli altri partecipanti feedback sulle scene rappresentate (es. cosa ha visto? Aspetti evocati dalle scene rispetto le loro vite, etc.)

Note per facilitatori: si può usare la lavagna a fogli in cui a seguito di ogni scena si può scrivere sotto all'emozione rappresentata le caratteristiche della stessa (Aspetti non verbali, verbali, reazioni dell'altro/a etc.).



modulo**2**

Cosa è accettabile e cosa no?

Obiettivo del modulo:	Il modulo ha l'obiettivo di definire quali sono i comportamenti accettabili e quali invece non lo sono; che cosa fare dopo che si è messo in atto un comportamento inaccettabile per riparare nella relazione. Rendersi conto che non si può dire per l'altro cosa è accettabile e cosa non lo sia.
Numero partecipanti:	dai 2- 20 partecipanti
Parole Chiave:	disturbare, sabotare, comportamenti di riparazione, frustrazione

Attività rompighiaccio:

Costruzione dell'aereoplanino a coppie

Descrizione

I partecipanti a coppie con l'ausilio di una sola mano ciascuno, collaboravano nella costruzione di un aereoplanino di carta.

Note per facilitatori: Alla fine dell'esperienza si chiede: Cosa dovevi fare per fare un buon aereo? Come è andato il lavoro nella tua coppia? C'era spazio per entrambi per proporre strategie? Come hai negoziato e deciso come procedere? Come hai deciso ogni mossa?

L'obiettivo è riflettere sulla cooperazione e collaborazione ai fini di riuscita dell'attività e sulle dinamiche di dominio.

Attività centrale:

Contare dal 99 al 55

Descrizione

Si formano coppie di partecipanti in cui una persona dovrà contare da 99 fino a 55 ad alta voce e l'altro dovrà disturbarlo, scegliendo qualsiasi modo che torni più comodo.

Note per i facilitatori: Cosa hai fatto per disturbare l'altra persona? Alcune ri-

sposte potranno essere: "inserivo numeri sbagliati, ho fatto domande personali, ho iniziato svalorizzarlo come persona, ho parlato del suo aspetto fisico; l'ho toccato, ho fatto solletico, etc. Si possono raccogliere questi comportamenti su una lavagna a fogli e si può chiedere: nella vita cosa è accettabile e cosa invece non lo è? (sottolineare che questo è un gioco ci serve solo come stimolo per la vita). Per esempio si può parlare del corpo dell'altro? Es. nominare una situazione in cui una donna viene spesso considerata per l'aspetto fisico invece che delle sue competenze. Chi decide cosa è accettabile e cosa non lo sia per l'altra persona? Ci sono alcune cose che hai fatto nel gioco che tendi a fare nella tua vita? Quale? Se ti accorgi di aver disturbato qualcuno, cosa potresti fare? Come si può costruire una sana relazione partendo da lì?

Poi guardi al ruolo invertito. Come ti sei sentito quando stavi contando e l'altro cercava di disturbarti? Come hai mantenuto la concentrazione? Quale strategia hai usato per non essere disturbato? Se il 55 fosse il tuo progetto di vita, come ti concentreresti su di esso evitando di essere interrotto? Quali sono state le cose che ti hanno disturbato di più mentre contavi? Quali sono le cose principali che potrebbero disturbarti? Se il 55 rappresentava per te una vita senza violenza, quali sono le sfide che dovrai affrontare per raggiungere il 55? Le strategie che hai usato per non essere disturbato si applicano a situazioni in cui potresti essere tentato di usare la violenza? Potrebbero aiutarti a controllare il tuo comportamento?

Queste domande possono essere risolte in coppia o anche in gruppo:

Se qualcuno ti ha disturbato o fatto del male, come potresti dirglielo?

Cosa vorresti che facessero? Se qualcuno ti ha causato del male ma ha affermato che è di buon cuore e tu l'hai interpretato male, come reagiresti? Come ti sentiresti al riguardo? Cosa penseresti di quella persona? Cosa diresti a quella persona? Se hai disturbato l'altro, come ristabilire una relazione sana? Cosa dovresti fare? Cosa dovrebbe essere evitato?



modulo3

Punti di vista diversi nel conflitto

Obiettivo del modulo:	La sessione ha l'obiettivo di rendere la colpevolizzazione, la minimizzazione e la negazione visibili. Imparare a prendere in considerazione il punto di vista degli altri durante un conflitto.
Numero partecipanti:	dai 3- 10 partecipanti
Parole Chiave:	colpevolizzazione, negazione, minimizzazione, empatia, guardare dal punto di vista dell'altro.

Attività Rompighiaccio:

Il Vampiro di Firenze:

Descrizione

Tutti camminano nella stanza ad occhi chiusi senza toccarsi e senza urtarsi, il conduttore tocca la spalla di qualcuno che diventa il primo vampiro di Firenze: le sue braccia si tendono in avanti, getta un grido di orrore e cercherà d'ora in avanti, una nuova spalla per vampirizzare qualcun altro. Il grido che lancia serve a permettere agli altri di individuare dove è il vampiro e cercare di sfuggirgli. Il primo vampiro troverà un'altra spalla e farà come il conduttore. Il secondo getterà ugualmente un grido d'orrore, le sue braccia, si tenderanno in avanti e si avranno due vampiri, poi tre, quattro etc. Può succedere che un vampiro, vampirizzi un altro vampiro in questo caso questi si riumanizza lanciando un grido di piacere: ciò indica che qualcuno è stato riumanizzato. E' curioso e comprensibile che i partecipanti trovino un certo sollievo quando sono vampirizzati, quando invece di fuggire devono perseguitare. C'è qui, senza dubbio, lo stesso meccanismo nell'oppresso che diviene oppressore. Da un lato l'oppresso (il partecipante) diventa oppressore (vampiro): egli scappa dalla sua oppressione, dalla sua paura, dalla sua angoscia. Cessa di essere vittima e diventa carnefice. Dall'altra parte, ciò sviluppa in lui il meccanismo della lotta: egli sente che ogni situazione oppressiva può essere rotta, spezzata. I due aspetti vanno di pari passo.

Note per i facilitatori: feedback finali e riflessioni su come dia piacere perseguire piuttosto di essere perseguitati, poiché nel secondo caso si ha paura. Fare dei parallelismi rispetto alle relazioni dei partecipanti e/o nello specifico negli episodi di violenza

Attività centrale:

Il conflitto da un altro punto di vista

Descrizione:

I partecipanti stanno in piedi in cerchio. Il facilitatore spiega le regole descrivendo come funziona l'attività:

“Racconta la storia di un recente conflitto con tuo figlio o il tuo partner. Alterna l'attenzione su di te, su ciò che hai detto, fatto, sentito, sul motivo per cui hai reagito in quel modo e sulle altre persone in conflitto (figlio o partner). Il gruppo si avvicina o si allontana a seconda di come viene raccontata la storia “egocentrica” o “centrata sull'altro”.

Mentre la storia viene raccontata, il gruppo si allontana quando la storia è incentrata sul punto di vista del narratore o se questi sposta la responsabilità, minimizza le sue responsabilità o giustifica le sue azioni. Il gruppo si avvicina quando il narratore si concentra sul punto di vista dell'altro o si assume la responsabilità del conflitto.

Ad esempio: “Ieri mentre ero al computer, mio figlio è tornato a casa da scuola e ha iniziato a raccontarmi della sua giornata a scuola, io avevo delle scadenze al lavoro e non potevo ascoltarlo, gli ho chiesto di lasciarmi finire, ma lui continuava a parlarmi e richiedere la mia attenzione senza lasciarmi concludere, così mi sono arrabbiato perché lui non capisce mai quali sono i buoni momenti per parlare e quali invece c'è bisogno che aspetti (fino a quel momento i partecipanti potrebbero allontanarsi dal narratore). D'altra parte, capisco che a scuola succedono molte cose, che vuole condividere con me storie e sentimenti, che probabilmente aveva bisogno solo di cinque minuti della mia attenzione e che forse avrei potuto mettere in pausa il mio lavoro... (e in quella parte i partecipanti potrebbero essersi avvicinati al narratore).

Note per i facilitatori: Come ti sei sentito quando hai raccontato la storia del conflitto? Come ti sei sentito quando hai visto l'altro/i allontanarsi/avvicinarsi? Cosa hai imparato da questa attività? Cosa pensi accadrebbe se tu fossi più incline al punto di vista dell'altro durante un conflitto? Cosa succede quando sei concentrato su te stesso? Cosa puoi fare per cambiarlo d'ora in poi?



modulo**4**

Render Conto: mettiamo in scena!

Obiettivo del modulo:	La sessione ha l'obiettivo di poter usare gli strumenti del teatro forum (vedi allegato 2), adattandoli al contesto del gruppo psicoeducativo, al fine di poter fare una drammatizzazione di un evento violento che ha coinvolto l'uomo con la compagna o con i figli/e. Il fine ultimo è poter favorire una maggiore consapevolezza dei bisogni, emozioni, pensieri e azioni messe in atto per rispondere ai bisogni/emozioni che la persona provava prima, durante e dopo la messa in atto del comportamento violento.
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Empatia, emozioni, bisogni, comportamenti alternativi alla violenza

Attività introduttiva:

Mi posso fidare?

I partecipanti si dividono a coppie uno accanto all'altro, uno ha gli occhi chiusi e si lascia guidare dal partecipante con gli occhi aperti. Si può andare veloce, piano, cambiare direzione. Si cambia il turno. Alla fine si chiede come è stato lasciarsi guidare e guidare.

Note per formatori: Mentre si svolge l'attività il facilitatore dice: andiamo veloce, rallentate, cambiate direzione, a destra a sinistra, etc. Alla fine dell'attività si chiede come è stato guidare e lasciarsi guidare? Qual era la posizione in cui i partecipanti si sentivano più comodi? Come mai? Quali paure/preoccupazioni? Quale erano le loro responsabilità quando guidavano l'altro con gli occhi chiusi? Era difficile per loro?

Attività centrale:

Messa in scena di un conflitto/episodio violento

Si chiede al gruppo chi si offre volontario per mettere in scena un episodio di

conflitto che c'è stato con la propria compagna o con i propri/e figli/e. E' possibile anche poter chiedere se si vuole mettere in scena l'episodio più grave o l'ultimo o semplicemente un episodio in cui si è usato un comportamento violento. Si spiega l'obiettivo della messa in scena ovvero: favorire una maggiore consapevolezza dei propri bisogni ed emozioni a la ora di mettere in atto una forma di violenza (da alzare la voce, a spingere, sbattere oggetti, andarsene sbattendo la porta etc.) e mettere in pratica un comportamento alternativo alla violenza. Colui che sceglie di mettere in scena diventa il regista della drammatizzazione e supportato dal facilitatore dovrà fare i seguenti passaggi:

- a. **scegliere la compagna**, e o il figlio/a all'interno del gruppo, e dovrà posizionarla nello spazio e dire cosa sta facendo e come, è necessario che dia indicazioni molto precise, o fare vedere cosa e come deve fare;
- b. **sceglierà un'altra persona** nel gruppo che possa fare lui, gli dirà cosa deve fare e come;
- c. **raccontare la relazione** tra i due protagonisti e quale è il contesto, il luogo e il tempo della scena;
- d. **quando è stato l'inizio del problema/crisi** e come è stato gestito; in particolare si chiede quale comportamento non adeguato è stato usato da parte del protagonista.
- e. **Facciamo mettere in scena** quel momento fino ad arrivare al comportamento inadeguato.

Il formatore ferma la scena appena dopo l'episodio violento e chiede feedback:

- Il primo feedback **si chiede al partecipante volontario regista** della scena, chiediamo: che effetto gli fa vedere la scena? cosa stia provando vedendo la scena (emozioni e pensieri)? Cosa sente e pensa nel vedersi lui? Nel vedere lei? Quale era il bisogno che lui che ha deciso di raggiungere con quel comportamento?
- C'è qualcosa che lei avrebbe potuto fare di diverso in modo che lui non si fosse arrabbiato? Sarebbe stato possibile e realistico chiedere a lei di mettere in pratica qualcosa che aiutasse a gestire i tuoi comportamenti?

Si passa alle persone che stanno facendo la scena e si chiede di dare feedback

al regista, in particolare: come si sentono a fare il personaggio nel momento? Quali emozioni provano? Quali pensieri? Cosa vogliono da se stessi? Cosa vogliono dall'altro?

Ci giriamo verso il gruppo chiediamo feedback anche a loro e chiediamo magari se c'è qualcun altro del gruppo che si sentirebbe di fare qualcosa di diverso nella scena ed in caso cosa potrebbe fare.

Un'altra opzione è continuare con i personaggi della scena, chiedendo all'uomo/regista di dire al suo personaggio di fare qualcosa di diverso nella scena che non porti alla messa in atto del comportamento violento... dopo aver messo in scena analizzare cosa è successo e fare dei parallelismi con la vita dell'uomo/regista.

Attività di chiusura:

Zig zag a forma di otto:

Si mettono due attori alla distanza da due metri da l'altro. In seguito, in fila, i partecipanti devono ad occhi chiusi cercare di fare un otto attorno a questi due.

modulo**5**

Potere e Controllo

Obiettivo del modulo:	La sessione ha come obiettivo poter riflettere sulle dinamiche di potere e controllo
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Controllo e Potere; Prevaricazione; vissuti di gruppo

Attività rompighiaccio:

Ricercatori marziani.

Descrizione

Si racconta la seguente storia: "I marziani sbarcano sulla Terra e vogliono capire le usanze dei terrestri. Mettono una videocamera ad un incrocio per studiare il funzionamento del semaforo e scoprono che con il rosso le macchine si fermano, con il verde si muovono, con l'arancione alcuni si fermano e altri accelerano. Concludono che il semaforo è davvero potente se è in grado di fare tutto questo. "Secondo te hanno ragione? Si apre alla discussione. L'obiettivo è riflettere sul fatto che il vero potere non lo ha il semaforo, bensì lo Stato che ha deciso le regole, la legge e le sanzioni.

Uno fa Paura e l'altro protegge:

Descrizione

Tutti i partecipanti devono essere sparpagliati nella sala. Senza dire nulla, ciascuno deve pensare a qualcun altro che gli fa paura e a qualcun altro che vuole proteggere. Il gioco comincia: tutti si muovono nello stesso tempo, cercando di proteggere il proprio protetto e sfuggire a colui che fa paura mettendosi davanti al protetto e lontano dal proprio persecutore.

Attività centrale:

BRAINSTORMING: Cosa si intende per potere e controllo?

Oggetti e potere:

Descrizione

si chiede ai partecipanti di posizionare degli oggetti (ad esempio delle sedie) in

posizione gerarchica in modo che uno o più oggetti risultino avere una posizione di dominio rispetto agli altri, lo fanno un po' tutti uno alla volta. Ad ogni giro si chiede al gruppo quale sia la posizione dominante della sedia e poi si chiede all'attore che ha rappresentato fino a finire.

In seguito si chiede ai partecipanti di posizionare le sedie in modo tale da rappresentare prima il motivo per cui loro sono al CAM. Feedback dal gruppo e a colui che ha fatto la rappresentazione.

Si chiede di posizionare le sedie per come loro vivono il loro stare nel gruppo, anche il facilitatore partecipare a fare una rappresentazione sul gruppo di come lui/lei vive il gruppo. Il senso è dare una restituzione autentica di come ognuno possa stare nel gruppo, anche tenendo in considerazione i ruoli di versi.





modulo **5** bis

Potere e controllo

Obiettivo del modulo:	La sessione ha come obiettivo poter approfondire le dinamiche di potere e controllo e calarle nelle situazioni
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Controllo e Potere; Prevaricazione;

Attività rompighiaccio:

Gioco della corsa rallentata

Descrizione

Vince chi arriva ultimo. I partecipanti sono invitati a mettersi in fondo alla stanza e di raggiungere un altro punto. I partecipanti non devono fermarsi e interrompere il movimento.

Attività centrale:

Scene di potere

Descrizione

Parte 1:

Dividetevi in due gruppi e provate a rappresentare una scena in cui si evinca una situazione in cui una persona detiene il potere e un'altra lo subisce.

Parte 2:

Dividetevi in due gruppi e questa volta prova a rendere chiaro un rapporto di potere squilibrato tra uomini e donne.

Parte 3:

Dividetevi in due gruppi e questa volta prova a immedesimarti in un genitore che utilizza il proprio ruolo come forma di potere.

modulo6

Comunicare

Obiettivo del modulo:	La sessione ha come obiettivo riflettere e sperimentare le dinamiche della comunicazione. Le attività hanno lo scopo di poter fare sperimentare i partecipanti diversi tipi di comunicazione: assertiva, aggressiva e passiva, al fine ultimo di poter riconoscere una propria tendenza di stile comunicativa e promuovere nei partecipanti la motivazione ad avvicinarsi a stili comunicativi assertivi.
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Stili di Comunicazione; Assertività; Problem solving; Creatività, improvvisazione e flessibilità

Attività Introduttiva:

Combattimento dei galli:

Descrizione

Lo scopo del gioco è quello di sviluppare la capacità di improvvisazione degli attori e anche la loro rapidità di adattamento a tutte le situazioni possibili anche le più inverosimili. Si formano delle coppie che iniziano una conversazione senza alcuna informazione preliminare poi uno dei protagonisti deve accusare l'altro di qualcosa e questi è tenuto a difendersi e giustificarsi, accettando l'accusa, anche se assurda. Durante questo gioco, tutto ciò che viene detto deve contribuire a creare i due personaggi: tutto deve essere accettato come vero, i personaggi si formano e si organizzano a mano a mano che il dialogo e le azioni si sviluppano.

Note per i facilitatori: I facilitatori devono mostrare l'attività ai partecipanti. Dopo che ogni coppia ha fatto la sua rappresentazione. Chiediamo cosa è stato difficile per loro? Cosa hanno provato nel sentirsi accusati? E qual era il loro stile di difesa? Che similitudini ci sono nelle loro vite nei loro modi difendersi?

Attività Centrale:

Attività Disputa della sedia

Descrizione

Due persone arrivano di fronte ad una sedia e pensano di averne diritto al possesso, devono quindi contendersela da una parte non cedendo e dall'altra cercando di non essere mai aggressivi. In seguito si ripropone la scenetta con uno dei due aggressivo e l'altro che cerca di contenerlo e alla fine la scena verrà presentata con entrambi gli uomini aggressivi. Si utilizza nel mettere in scena il tutto le tecniche del teatro dell'oppresso coinvolgendo gli altri uomini nello scambio di ruoli per proporre versioni alternative dei vari modi di comunicare. L'obiettivo è aiutare gli uomini a riflettere sulle modalità comunicative e sulle diverse conseguenze che queste comportano.

Note per facilitatori: Importante soffermarsi nel qui e ora dell'interazione e come l'altro la riceve o la reazione. Riflettere infine sull'impossibilità di risolvere la complessità.





modulo**7**

Stereotipi di genere: le false credenze che portano al sessismo (I)

Obiettivo del modulo:	L'obiettivo è favorire una maggiore consapevolezza sugli stereotipi e sul fatto che raramente sono condivisi da tutti. Sviluppare una conversazione critica sugli stereotipi di genere con punti di vista molto diversi tra i partecipanti.
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Stereotipi di genere; Ruoli di genere; Riconoscere i copioni

Attività rompighiaccio:

Buongiorno Barcellona:

Descrizione

I partecipanti si muovevano liberi nello spazio ed ogni volta che incontravano una persona si scambiano il nome, l'attività continua fino a che la persona negli incontri non ritrova il proprio nome. Successivamente si chiede a ciascun partecipante di pensare alla prima parola che associano alla parola "maschio" e alla parola "femmina", si chiede di spostarsi liberi nello spazio e scambiarsi con l'altro che incontrano la parola che hanno pensato.

Note per facilitatore: Alla fine di ogni giro si raccolgono e commentano le parole associate a "uomo" e le parole associate a "donna".

Attività centrale:

- Chi pensa che gli uomini (le donne) ...:

Descrizione

Parte 1

I partecipanti sono in cerchio. Una persona è in piedi nel mezzo. La persona al centro condivide qualcosa di se stesso, per esempio dice "chiunque ami il mare". Se anche altre persone nel gruppo amano il mare, devono cercare di raggiungere un altro posto libero. Chi rimane senza posto va al centro. Toccherà quindi a lui condividere qualcosa che gli piace e che potrebbe piacere anche ad altri.

Parte 2:

Una volta che i partecipanti si sono abituati a questo gioco, chi sta nel mezzo dovrebbe dire frasi che iniziano con "Chiunque pensi che gli uomini..." o con "Chiunque pensi che le donne...". Qualcuno potrebbe dire "chi crede che gli uomini siano più coraggiosi delle donne" o "chi pensa che le donne non siano brave a guidare le automobili". Ancora una volta, le persone che sono d'accordo cambiano di posto. C'è sempre qualcuno che rimane nel mezzo che dovrà trovare una nuova frase. Le persone nel mezzo dovrebbero dire qualcosa che è vero per loro, ma questo non dovrebbe essere l'obiettivo principale. Le frasi che fuoriescono non vengano analizzate **e si incoraggia i partecipanti ad** esprimere le loro opinioni molto liberamente e a non giudicare gli altri. Se non sono d'accordo con una frase possono rimanere sul proprio posto. Se sono in qualche modo d'accordo, dovrebbero cambiare, altrimenti il gioco potrebbe bloccarsi.

Note per i facilitatori: Quando una frase provoca molte reazioni, è possibile lavorare su quella frase nella sezione di debriefing, che si può svolgere così: Invece di posizionare i partecipanti in cerchio, si posizionano vicino o lontano dalla persona al centro che ha fatto l'affermazione a seconda di quanto sono d'accordo con tale affermazione. Se le persone sono d'accordo con un'affermazione, si avvicinano alla persona che l'ha fatta. Se fortemente in disaccordo, vanno il più lontano possibile. E, naturalmente, possono anche avere posizioni intermedie. Il facilitatore a quel punto può mettere in discussione i diversi punti di vista e farli interagire.

Questo esercizio fatto sul genere permette di avere un'idea degli stereotipi in gioco, ma possono essere esplorati altri argomenti.

Alcune domande: Com'è andata? Cosa è successo in questo gioco? Di quali abilità avevi bisogno per non rimanere bloccato nel mezzo? Quali sono state le sfide? Come ti sei sentito in mezzo? Di quali abilità avevi bisogno quando eri nel mezzo?

Quale affermazione ti ha colpito particolarmente? Ci sono alcune affermazioni su uomini o donne che pensi possano mettere te/le persone nei guai? Evitare generalizzazioni. Si può chiedere anche in quale situazione quella frase era vera?



modulo 8

Stereotipi di genere: scopriamo i nostri copioni (II)

Obiettivo del modulo:	L'obiettivo è favorire una maggiore consapevolezza sui copioni di genere che le persone hanno e di cui non sono consapevoli
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	Stereotipi di genere; Ruoli di genere; Riconoscere i copioni

Attività rompighiaccio:

Presenta te stesso come se tu fossi il tuo migliore amico/a

Descrizione:

Si chiede ai partecipanti di presentarsi come se fossero un loro amico/a venuto al loro posto. Si chiede che la persona possa raccontare i motivi per cui l'amico, la persona che doveva partecipare al gruppo, alla fine non fosse venuto e quali fossero le sue motivazioni. Qua il facilitatore potrebbe chiedere informazioni anche rispetto al

programma (es. cosa ne pensa del programma? Cosa vuole da questo programma) e chiedere anche aspetti relazionali del partecipante che non è venuto.

Note per facilitatore: Permette di raccogliere informazioni utili e allo stesso tempo l'attività permette allo stesso partecipante di potersi vedere da fuori.

Attività centrale:

Cosa è successo?

Descrizione

Parte 1:

Si mette una sedia davanti ai partecipanti in cui si va a sedere una donna che con una espressione triste guarda in basso. Dietro c'è un uomo che la osserva da dietro.

Si chiede ai partecipanti di immaginare cosa sia successo e quale sia la relazione tra i due, il facilitatore insieme ai partecipanti costruiscano la storia dei due facendo emergere le fantasie dei partecipanti.

Parte 2:

Si invertono i ruoli, si mette la donna dietro in piedi e si fa sedere l'uomo sulla sedia e si chiede cosa è successo tra i due, quale relazione, ed insieme si narra una storia.

Si raccolgono le differenze tra la prima storia e la seconda.

Note per i facilitatori: Come si sente? In cosa pensa lui/lei questa situazione che hai descritto? Cosa sta succedendo succederà dopo? Quali pensieri alimentano la sua rabbia/paura/vergogna/orgoglio? Come poteva gestire queste emozioni/pensieri per evitare la violenza? Quali differenze emergono tra le storie rappresentate? Come mai nella seconda scena in cui la donna si trova dietro non è emersa la situazione della violenza?



modulo9

Comprendere le false credenze che giustificano la violenza

Obiettivo del modulo:	Comprendere maggiormente le motivazioni che possono portare a commettere comportamenti abusanti ed elaborare l'illegittimità di questi ultimi.
Numero partecipanti:	dai 4- 10 partecipanti
Parole Chiave:	

Attività rompighiaccio:

Scrivi sul foglio tre cose che nessuno sa di te, non devono essere delle cose importanti, vanno benissimo delle sciocchezze.

Esempio: stanotte non sono riuscito a dormire, due giorni fa ho visto un film che mi è piaciuto, ho perso un kg nell'ultimo mese.

1. _____
2. _____
3. _____

Attività centrale:

Ho sbagliato, MA

Descrizione

Chiediamo ai partecipanti di giustificare le seguenti azioni come se ne parlassero di fronte alla: donna, un amico, l'operatore/trice CAM, figlio, magistrato. Le persone a cui si rivolgono sono gli altri partecipanti che interpretano i ruoli:

- Cornelio ha dato uno schiafo a Giulia.
- Filippo da due mesi segue insistentemente Maria, la segue e le manda messaggi perché vuole parlare con lei.
- Antonio ha costretto la moglie ad avere un rapporto sessuale con lui.
- Gianni ha dato della troia alla moglie davanti al figlio scaraventando una sedia al muro.

Note per i facilitatori : Spesso le persone pensano di aver commesso uno sbaglio (il comportamento violento), ma che ci siano state delle motivazioni valide che li hanno portato a commetterlo, per cui pensano che ci siano delle giustificazioni che dovrebbero essere prese in considerazione. L'esercizio vuol dare voce a tutti i MA di cui si è convinti e provare ad analizzarli e, quando possibile, indebolirli, se non farli scomparire. Il MA è una forma di difesa che non permette di venire a contatto con le conseguenze del proprio comportamento.

Esempio:

Dario è sotto processo per stalking, ha pedinato la sua ex compagna, si è introdotto due volte in casa sua senza permesso e le ha inviato centinaia di messaggi per tre mesi dopo che lei aveva deciso di interrompere la relazione.

Dario: "Ho sbagliato, ma..."

- io le volevo bene;
- se l'ho seguita è perché volevo essere sicuro che non avesse un altro uomo;
- prima entravo senza problemi a casa sua, anzi le faceva sempre piacere, le facevo delle sorprese;
- lei non è mai stata in grado di spiegarmi perché voleva interrompere il nostro rapporto;
- considerare dei semplici messaggi un reato mi pare eccessivo.

Riflessioni

- voler bene ad una persona non dà comunque diritto a nulla che quella persona non voglia;
- seguire una persona è un'invasione nella sua vita molto forte, può incutere timore nell'altro e una volta che una storia è finita è diritto di entrambi avere nuove frequentazioni. A maggior ragione, se c'è una nuova persona, la vecchia storia è finita. E' legittimo stare male, ma non far del male.
- entrare senza permesso in una casa non propria è violazione di domicilio, se prima succedeva è perché c'era un consenso esplicito che è chiaro è stato ritirato una volta interrotta la storia.
- può essere che lei non abbia trovato le parole giuste o può essere

che chi quelle parole le riceve stia talmente male che è difficile capirle correttamente o farsene una ragione, magari non ci sono parole che possono evitare il dolore di una separazione non voluta, ma per stare insieme ci vogliono due persone che lo vogliono, non ne basta una.

- È comprensibile provare a dire all'altro come si sta dopo la separazione e provare a ricontattarlo, ma c'è un limite che è quello dell'intimità dell'altra persona che non deve essere violata. È diverso mandare qualche messaggio, dopo i quali ci si interrompe, dal mandare centinaia di messaggi senza interruzione. Si invade l'altro di un proprio malessere e si pretende se ne faccia carico.

Attività di Chiusura

Descrizione

All'interno della stanza posizionati tra le due pareti in un modo tale che ognuna di loro costituisca un estremo in positivo o in negativo rispetto a

- Il sentirti comodo nel gruppo;
- Il sentirti comodo con gli operatori e le operatrici
- Il conoscere le tue emozioni, pensieri e comportamenti;
- Il gestire la rabbia.

