

Il giornale dell'ascolto

ANNO XVII-XVIII, N.1 **

Studi e ricerche sulla comunicazione e il Self-help

Direttore responsabile: Dr. Eugenio Giommi

Registrazione n.5/98 del 30/11/98 presso il Tribunale di Prato

Direttore: il Presidente della Società dell'Ascolto

Comitato di Redazione: Barbara Noci, Isabella Turino, Mariella Pavani, Paola Zipoli, Enrica Gallina, Giorgio Becevel

Editore: Associazione Società dell'Ascolto, via Campolmi, 5 - 59100 Prato e-mail: info@ascolto.it www.ascolto.it

Chiuso per la stampa in data 7 luglio 2016

La partecipazione al Convegno è libera e gratuita. A chi lo richiederà verrà rilasciato l'attestato di partecipazione.

Per motivi organizzativi e di capienza della sala è richiesta la prenotazione con una e-mail a: info@ascolto.it

La prenotazione non ha carattere vincolante, ma chiediamo di essere informati se non potrete partecipare, questo per consentire l'accesso a chi fosse rimasto in lista di attesa.

Per ulteriori informazioni e/o chiarimenti potete telefonare a Paola Zipoli 333 6969013 dal lunedì al venerdì ore 17-19.

Associazione Società dell'ascolto
via Campolmi, 5 - Prato
tel. 0574 580943
www.ascolto.it
info@ascolto.it

seguici su Facebook
Associazione Società dell'ascolto

Associazione
Società
dell'Ascolto

Società Italiana
di Biosistemica

L'ascolto come radice

PRATO sabato 15 ottobre 2016

ore 9:30-18:30

presso Officina Giovani piazza Macelli, 4

Patrocini

USL Toscana Centro

Prima di tutto apprese da lui ad ascoltare, a porgere l'orecchio con animo tranquillo, con l'anima aperta, in attesa, senza passione, senza desiderio, senza giudicare, senza opinioni.

H. Hesse, Siddharta

Ascoltare è farsi ospite di colui che viene.
Chi accoglie non domanda niente a colui che arriva, non c'è preoccupazione di insegnargli, di guidarlo, di fargli confessare la verità. Parla e tace secondo quello che gli sembra il desiderio dell'altro... L'ascolto è l'ospitalità interiore.

M. Bellet, L'écoute

Sommario

Eugenio Roberto Giommi: Il Convegno: L'ascolto come radice pag. 1-2

Barbara Noci Scarpe pag. 3-4

Andrea Sabatini: Il Clown Biosistemico pag. 4-5

Paola Zipoli: L'ascolto del genitore detenuto pag. 5-7

Eugenio Roberto Giommi: Il linguaggio dell'apprezzamento pag. 7-8

Il Convegno: L'ascolto come radice

Abbiamo preso l'iniziativa di questo convegno e con questo titolo perché pensiamo che la mancanza di ascolto tra le persone, nelle famiglie, tra amici, tra amanti, nelle scuole e nei posti di lavoro crei lontananza, isolamento e incapacità di risolvere i problemi emotivi che nascono tra le persone e nella società.

L'ascolto è la radice dell'essere individui sociali, della vicinanza e della collaborazione per fini comuni. Per questo è nata venti anni fa la Associazione Società dell'ascolto e per questo abbiamo pensato di invitare le organizzazioni e i gruppi che sull'ascolto si basano per la loro azione sociale di cura e di protezione in Italia e nel mondo.

Abbiamo avuto l'adesione di Telefono Amico Italia Onlus, parte di una rete mondiale nata per aiutare chi, nella solitudine e nell'isolamento, pensava al suicidio. Così ha dato il suo contributo Telefono Azzurro, fondamentale per l'aiuto all'infanzia e alla adolescenza, sempre presente in tanti settori dove la sofferenza e il pericolo per bambini e adolescenti sono gravi.

CiaoLapo onlus, con sede a Prato, ma operante in una prospettiva internazionale, offre aiuto e sostegno, ascolto e cura alle coppie che hanno perduto un bambino ancora nella pancia della mamma, il lutto perinatale.



Programma

9:30 Apertura Convegno e saluti delle Autorità.

10:00-10:30 Dr.Eugenio Giommi, Presidente Società Italiana Biosistemica: *L'ascolto come radice.*

10:30-11:00 Dario Briccola, Presidente nazionale di Telefono Amico Italia (TAI) Onlus e Maria Petrà Presidente TAI Centro di Prato: *La cultura dell'ascolto a supporto del benessere emozionale.*

11:00-11:30 Dr.Giovanni Salerno, Responsabile nazionale settore educazione di S.O.S il Telefono Azzurro Onlus: *La costruzione dell'identità nell'adolescenza, L'esperienza di Telefono Azzurro nell'ascolto dei minori nelle situazioni di disagio.*

11:30-11:50 pausa

11:50-12:20 Dr.ssa Claudia Ravaldi, Fondatrice e Presidente Associazione Ciao Lapo Onlus: *Le parole del silenzio: l'ascolto delle coppie colpite da lutto perinatale.*

12:20-12:50 Vanna Galli, Presidente Associazione QUAUVIO (Qualità della Vita in Oncologia) Onlus: *L'ascolto del dolore.*

13:00-14:30 Pausa pranzo

14:30-14:50 L'ascolto nella letteratura Elena Bertelli, *L'ascolto in Herman Hesse.*

14:50-16:00 L'ascolto come aiuto Dr.ssa Valeria Galmacci, Gruppo sul sovrappeso. Barbara Noci, Gruppo di ascolto aperto. Enrichetta Gallina, Gruppo sul lutto. Claudia Sander, Gruppo FILE di auto mutuo aiuto sul lutto. Paola Zipoli, L'ascolto nel carcere.

16:00-16:15 pausa

16:15-17:30 Testimonianze dei Gruppi dei 12 passi AA Alcolisti Anonimi, OA Overeaters Anonimi, NA Narcotici Anonimi, DA Debitori Anonimi, GA Giocatori Anonimi, CODA Codipendenti Anonimi.

Sportelli di ascolto
Manuela Marigolli CGIL Sportello Donna
Antonio Potenza Auser Sportello ascolto a tutto tondo.

17:30-18:30 Conclusione con un'esperienza di ascolto del corpo e condivisione condotto da Isabella Turino, Candidate Trainer del Metodo Feldenkrais

Da Siena una organizzazione che segue da tanti anni le persone malate di cancro e che sono incurabili, a domicilio e nell'hospice.

Alla presenza di queste grandi organizzazioni abbiamo pensato di aggiungere nel pomeriggio la presentazione e i racconti dei gruppi di auto aiuto, così importanti per costruire una rete di protezione e di cura per le persone che affrontano difficoltà e problemi: dalla morte di una persona cara ai disturbi dell'alimentazione, alla mancanza di una rete sociale in cui condividere le proprie difficoltà.

Uno spazio particolare è stato dato alla testimonianza dei gruppi Anonimi che si ispirano ai Dodici passi, i più antichi gruppi di auto aiuto oggi presenti in tutto il mondo.

Al loro ascolto guardiamo noi della Società dell'ascolto come a un modello fondamentale costruito nei decenni e ispirato al rispetto assoluto di chi parla, al sostegno non giudicante e solidale della persona, anche ridotta nelle condizioni peggiori.

Abbiamo anche cominciato a

dare spazio ad una ricerca che ci appassiona da anni, cioè come l'ascolto è descritto nella letteratura.

Ricorderemo così Siddharta di Herman Hesse e la descrizione dell'ascolto dato da Vasudeva a Siddharta come un esempio di comprensione profonda di cosa rende l'ascolto prezioso e trasformativo.

Abbiamo anche invitato alcuni degli sportelli di ascolto che rispondono a problemi anche pratici e della vita quotidiana di settori diversi della popolazione, ma che nell'ascolto delle difficoltà e della voce delle persone che si rivolgono a loro hanno le fondamenta del loro agire.

Concluderemo la nostra giornata con una esperienza collettiva di ascolto del corpo guidata dalla sapienza del Metodo Feldenkrais, percorso sicuro per la comprensione del movimento e delle percezioni corporee.

Scarpe

I sensi aiutano a ricordare.....l'ascoltarli è il modo per tradurli e portarli nel qui ed ora.....

Scarpe, scarpette ... scarpe da pulire e lucidare, alle bambine si insegnava a pulirle, ancora agli inizi degli anni 60 si facevano pulire gli scarponi da caccia degli uomini di famiglia, certamente non come Cenerentole, magari in compagnia delle care donne di casa, zia, nonna, mamma. Loro mi impartivano i primi rudimenti delle faccende domestiche: un grembiolino legato in vita ben arrotolato, altrimenti troppo lungo, ed eccomi pronta, orgogliosa di imparare e fare quello che le donne adulte amate ed ammirate facevano nella quotidianità.



Soltanto molto tempo dopo comprenderò ciò che mi sarebbe costato quel rigore della casa e dell'essere femmina.

Torno alla fila di scarponi maschili di cuoio appoggiati ad una panca fuori di casa, in attesa come soldati tornati dalla guerra. Rimuovere il fango dalle suole dove gli anfratti del carrarmato trattenevano croste di terra ormai solidificata, pulire grossolanamente tutto lo scarpone con stracci quasi bagnati, ed eccoci arrivare al passaggio decisamente disgustoso del dover spalmare la sugna o grasso di maiale non commestibile sulle calzature per renderle impermeabili e morbide, soltanto dopo che il grasso era assorbito potevamo passare alla verniciatura ed alla spazzolatura. L'odore della sugna penetrava le narici e rimaneva per ore come unico elemento di fastidio nel focus del ricordo, ma è proprio questo che mi conduce ad "ascoltare" quell'odore. Nel mio faticoso percorso per raggiungere un soddisfacente ascolto di me, ho trovato nei sensi il vero sostegno, affidarmi alla memoria o alle emozioni, con la "stampella" dei miei sensi; allora mi soffermo, cerco di regolare la profondità del respiro, lo ascolto, ne sento le difficoltà.

L'ascolto profondo di se stessi richiede allenamento, un clima amichevole con il caos interiore, è l'unico modo per decidere come procedere nelle quotidiane guerre della vita. Quante volte non mi sono fermata per aprire uno spazio necessario all'ascoltarmi e mi sono infilata in un turbine di pasticci! Troppe!

Tornando al mio racconto il compito di pulire gli scarponi, era ingrato e per niente apprezzato da chi li indossava, infatti tutto era dovuto, nessuno degli uomini della famiglia ringraziava, né mio padre, neanche lo zio, neanche

mio cugino Roberto, era una consuetudine ... Come non omaggiare quei prodi cacciatori per tutto quel ben di Dio che portavano dalle battute di caccia! La domanda che adesso mi sovviene è questa :” le donne di casa cosa ne pensavano? Si fermavano qualche volta ad ascoltare quell'odore? ne percepivano la mancanza di riconoscenza che lo rendeva più penetrante, acuto?.... erano buoni diavoli, certamente! non voglio fare un processo femminista, vorrei comprendere quanto fosse possibile portare alla coscienza le loro emozioni, l'impotenza, ma anche la grande capacità di riuscire a dare un senso affettivo, di cura a ciò che sicuramente non era una competenza obbligatoria.

Torniamo all'ascolto della narrazione dei ricordi: erano pesanti quegli scarponi, erano 2 per ogni tipo, il famoso PAIO ...paio sta per dire 2, destro e sinistro ... non finivano mai poi con lentezza esasperante arrivavano le scarpe buone, quelle della domenica, per rivestirsi. Quelle erano facili da pulire, di queste la mamma prevedeva una doppia lucidatura, mai sulla sua faccia appariva un sorriso soddisfatto, non si strofinavano mai abbastanza i panni di lana e la spazzola sulla pelle delle scarpe Ci si doveva specchiare! Sa di disgraziati e cialtroni indossare scarpe sudicie!

La sensazione adesso è proprio corporea, si centra all'inizio dello stomaco, come un pugno chiuso, certo il pugno chiude in sé un groppo di insicurezza profonda, la coscienza di essere socialmente giudicabili da ciò che siamo, da ciò che indossiamo....

Da dove viviamo, da chi ci è genitore, da chi ci ha generato come stirpe, come e quanto e per chi hanno lavorato, pensato, espresso i tuoi antenati, conati nella gola di contraddittorie tendenze, dall'enfasi, alla riduzione del valore umano e sociale della propria appartenenza.

Finalmente arrivavano le scarpe delle donne....com'erano affascinanti con le punte sfilate, il tacco sottile, comunque poche, quelle di pelle lucida si dovevano passare con un panno che non lasciava peluzzi, intriso di un pochino d'olio d'oliva ... Come luccicavano, ripensandoci l'interno di alcune scarpe dichiarava l'usura del tempo, anche sbavature di tendenza. Ci fu un periodo che i decolté di raso colorato e di grogren passavano sotto i miei occhi felici di ammirarle, ancor più perché non si pulivano con la solita procedura tediosa e sfinente, pareva faccenda delicata e poco adeguata alle mani di una bambina, per cui se ne occupavano le signore di casa. Il mio stomaco pretende una nuova sosta, si è allargato per stringersi in una morsa differente, un rigagnolo di nostalgico rimpianto per quell'aria di frizzante entusiasmo che la memoria corporea mi regala ripensando alla trepida attesa di bimba a poter essere grande, ad immaginare come si potessero sentire potenti e belle indossando quelle scarpe; mai avrei immaginato quanto l'esser protagonista della storia femminile dell'inizio degli anni settanta mi avrebbe rubato tale spontanea vanità.

Di nuovo torno alla pulitura delle scarpe: questa volta è protagonista la biacca, materiale per tingere e coprire il sudicio nelle calzature di colore bianco, veniva usata solo in estate, tempo di colori luminosi e poco adatti a strade non asfaltate, questa vernice si attaccava alle dita, le macchiava, se ascolto la sensazione delle dita posso facilmente tornare alle estati dove mi obbligavano ad indossare sandalini con i buchi che a me sembravano sbagli del ciabattino, avevano i buchi come le scarpe della nonna che aveva unghie deformate che le permettevano di indossare solo scarpe in cui veniva aperto un buco affinché l'unghia non soffrisse.

lo ricordo di aver pensato: *“non ho le dita dei piedi della nonna, non ho bisogno che mi si taglino le scarpe, non le voglio e non mi piacciono”*, mi pareva contaminassero la mia vita così ancora nuova.

Il passo della nonna era lieve, posso sentirne il ritmo, il leggero sfregamento, suoni che restano nell'archivio della memoria e l'ascolto profondo si sintonizza con i suoni e gli odori in modo eccelso, li amplifica fino a farli tornare reali, presenti.... Lo scalpiccio dei passi adesso si fa vario, ogni passante era riconoscibile dal ritmo del passo e dal rumore che le calzature producevano lungo la strada, questi rumori poco potenti evocavano i tempi, le soste rituali di chi si apprestava ad andare in paese.

Infatti si usava camminare indossando vecchie scarpe o ciabatte fino in fondo alla discesa sterrata che portava all'inizio delle abitazioni del paese, là finiva anche il muro a secco che costeggiava la parte sinistra della strada in discesa.

C'erano delle fessure, probabili scoli per l'acqua piovana, era in quelle fessure che le donne della campagna mettevano le loro scarpe vecchie ed impolverate per indossare le calzature adeguate all'“eleganza” paesana, per recuperarle poi al ritorno.

La fatica di essere qualcosa e qualcuno che non siamo rimane scolpita dentro di me, mi salgono le lacrime, non di dolore, ma di dispiacere per non aver ascoltato nel presente di allora ciò che avrebbe avuto conseguenze poi.

Adesso cerco di ascoltare con morbida gentilezza tante persone che portano in sé segni di insicurezze profonde, cerco con il riconoscimento che solo un ascolto attento di altri ti può dare, di rendere in questo atto tutta la dignità che ogni persona ha il diritto di avere.

In quelle buchette nel muro c'era depositata l'identità e l'intimità di molte contadine o abitanti del territorio tra il paese di Grassina e quello dell'Antella.

Quelle scarpe, un pochino abbandonate a loro stesse in attesa di essere di nuovo indossate parevano portare in sé tutta la fatica e lo sciupo di un corpo affaticato, parlavano lingue diverse, ma solidali nel dividerne il pudore e la vergogna.

Non c'era possibilità di arrivare alla fine di quella strada con le scarpe decorosamente pulite, non c'era modo nascondere da dove venivano o cosa avevano affrontato, qualche volta sono stata tentata di trafugarne qualche strano paio, ciabatte o insolite pantofole, ma la paura che qualche animaletto molesto ci si fosse infilato dentro mi ha sempre distolto dal farlo.

La polvere, la secca estate sono il ricordo, insieme ai piedi sudati e sporchi, di qualcosa ormai scomparso, la misura tra una modesta vita ordinata e parsimoniosa e il travolgente consumo di deodoranti come secondini degli odori non più concessi, ma questo è un capitolo proprio da aprire: l'ascolto attraverso gli odori ...

Barbara Noci

Il Clown Biosistemico

Scoprire sé e le proprie emozioni attraverso il corpo

Counseling biosistemico e clown: l'ascolto profondo

La principale caratteristica del counseling biosistemico è l'ascolto. Un ascolto profondo che non passa solo attraverso ricordi, sensazioni ed emozioni espresse a voce, ma anche e soprattutto attraverso l'ascolto delle emozioni qui ed ora del nostro corpo.

Mi sono avvicinato al counseling biosistemico condividendo proprio questo approccio olistico.

Il mio percorso sembrava giungere da strade distanti da quelle del counselor, ma ho subito percepito le numerose affinità e comunanze di intenti.

Da diversi anni mi dedico all'approfondimento e alla ricerca anche pratica di una pedagogia del clown. Ricerca condotta non solo sui bambini (a cui verrebbe subito da pensare parlando di clown), ma anche su adolescenti, adulti, anziani e diversamente abili.

L'elaborazione della sofferenza emotiva compiuta nella biosistemica, viene affrontata nel clown mediante la trasformazione attraverso l'identificazione nel corpo.

In altre parole, il clown è rappresentato dal proprio corpo e dal suo rapporto con esso. Bambini timidi abituati a rapportarsi con gli altri attraverso posture chiuse, spalle basse e sguardi a terra, per esempio, possono fare di questa loro sofferenza una risorsa.



Senza usare la parola, il clown potrà usare le sue caratteristiche valorizzandole in maniera creativa. In questo modo si ha un'elaborazione compiuta a livello del proprio corpo, e quindi sicuramente anche a livello emotivo.

Pediatria

Da dodici anni opero nel reparto di pediatria degli ospedali della mia città, Pistoia. Il clown che entra nella camera del bambino ne invade il territorio, uno spazio già di per sé ostile per il piccolo perché vissuto contro la sua volontà. Importante è la delicatezza con cui creiamo il contatto, e fondamentale è chiedere il permesso di poter entrare.

Molto spesso l'approccio passa attraverso i genitori; se gli adulti son ben disposti, il bambino sarà più disponibile verso i nuovi ospiti. Una volta ottenuto il permesso di poter entrare è fondamentale l'avvicinamento e il momento del contatto.

Anche qui entra in gioco l'ascolto profondo, più che mai giocato attraverso il corpo.

Il modo in cui il bambino ci guarda, le tensioni, le torsioni del busto eccetera, sono tutti piccoli segni che aiutano a capire lo stato d'animo e la disposizione all'incontro. Ogni volta la tipologia dell'intervento varia a seconda della volontà di chi conduce il gioco, in questo caso il bambino.

Gaia è una bambina di quattro anni. Un giorno che sono in corsia come Natalino (il mio clown), la sento piangere da una stanza in fondo. Entro. In quella piccola stanzetta c'è lei, con un piccola mascherina per respirare, il laccio emostatico al braccio e tanti lacrimoni. Incrociamo gli sguardi ma non smette di piangere. Mi mantengo lontano, è già abbastanza spaventata da tutti quei tubini di gomma e aghi. Spesso mi sono sentito dire che il bravo clown in corsia è tale quando riesce a non far sentire il dolore al bambino. In un attimo mi sento impotente. Il dolore non può passare, quello c'è, esiste e basta. Allora capisco ciò che posso fare; comprendo che il dolore esiste nella vita di ognuno, e per lei questo è solo uno dei primi. Decido allora di "accompagnarla" nel dolore, di star con lei compassionevolmente.

Chiedo ad un'infermiera se ha una mascherina anche per me. Me la metto e sopra ci infilo il mio naso rosso. Poi prendo un laccio emostatico e me lo lego al braccio, facendo finta di essere Braccio di ferro. Con la mascherina sembro un'astronauta, e così gioco. Lei per qualche momento mi guarda incuriosita. Si placa per un po', riprende fiato, riesce a respirare dalla mascherina. Anch'io faccio come lei e così siamo in due. Se lei soffre, soffro anch'io, se lei sta meglio, anch'io sto meglio. Lei mi accetta, mi guarda e condivide con me il terrore dell'ago. Adesso non è più sola, siamo due clown che stanno trasformando il dolore. Un po' dura, ma in due è più facile.

Clown a domicilio

Benedetta. A dodici anni ci conosce come clown all'interno del reparto di pediatria. Dopo il nostro primo incontro viene mandata all'ospedale pediatrico Meyer di Firenze. E il responso è irrevocabile: leucemia.

Ci viene comunicato il responso, ma la bambina fa avanti e indietro da casa al Meyer, e non la vediamo più nel nostro reparto di Pistoia. Dopo qualche tempo ci contatta la mamma perché Benedetta vorrebbe vederci... vorrebbe i clown a casa!

E così, un giorno, la ditta di pulizie clown bussa alla sua porta per tirare a lucido la casa! Decido di non limitarci a fare una semplice animazione per tenerle compagnia, ma di coinvolgerla attivamente.

Lei è la padrona di casa, decide dove dobbiamo pulire. Sta al gioco, si diverte, e alla fine concludiamo con la cerimonia dell'investitura clown. Adesso è una di noi... anzi, è il capo della ditta di pulizie!

Ha un cappello calcato sulla testa che le copre i pochi capelli, e una larga giacca rosa che le nasconde il fisico gracile e provato da chemio e radio. Il naso rosso poi le trasforma il viso, risplende, illuminato anche dal sorriso che rinasce.

Parte da qui l'avventura di un nuovo progetto, "il clown a domicilio", un servizio appoggiato dall'Asl e da un'associazione che si occupa delle cure domiciliari per bambini oncologici. La ditta di pulizie adesso è al completo. Siamo una splendida varietà di mondi clowneschi; io, il vecchietto della ciurma, Enrico, 15 anni e con me da 3, Pablo, ragazzo autistico di 24 anni che non riesce a fare più a meno del clown, e Benedetta, 13 anni e una forza da leone.

Oggi partiamo tutti e quattro per Firenze, andiamo a trovare Patrizia, ragazza di 18 anni che Benedetta ha conosciuto al Meyer. Le faremo una sorpresa, lei non sa niente, abbiamo preparato solo la mamma!

Arriviamo con scope, stracci e l'attrezzatura di una ditta di pulizie, ma rigorosamente clown! Entriamo e ci presentiamo. La prima cosa che emerge è una comprensibile sorpresa mista ad imbarazzo. Gioia per l'amica che è venuta a trovarla, diffidenza verso questi strani individui dal naso rosso. Entriamo nel suo ambiente in punta di piedi. Ascoltiamo le sue reazioni, le richieste mute e le emozioni del corpo. In poco tempo è lì che ci guida alla pulizia della casa! Al termine del percorso anche lei è pronta per l'investitura clown!

Benedetta e Patrizia si trovano in un corpo che non riconoscono più come proprio, debilitato e martoriato da chemio e radioterapia. Soffrono della perdita dei capelli, della propria femminilità, della loro autonomia.

Il naso rosso diventa per loro un riscatto, una giustificazione al mondo. Il clown mostra la propria grazia proprio attraverso i suoi limiti. In diverse altre occasioni Benedetta ha richiesto di potersi vestire da clown; cene, eventi sportivi... Si è mossa a proprio agio e in un nostro viaggio clown ha accettato dopo più di un anno, di salire in macchina con qualcun altro che non fossero i suoi genitori. Naturalmente vestita da clown!

Andrea Sabatini

Sono pubblicati qui dei passi della tesi conclusiva del Corso di Formazione Triennale in Counseling Biosistemico di Andrea Sabatini, privilegiando la narrazione di alcuni degli episodi da lui descritti.

L'ascolto del genitore detenuto

Progetto "Comunque genitore" nella Casa Circondariale La Dogaia di Prato *

E' un'emozione forte il rumore del cancello che si apre lentamente davanti a te e si richiude altrettanto lentamente alle tue spalle, percorrere lunghi corridoi fino ad arrivare alla sezione dove si terranno i primi incontri del progetto affidato dal carcere.



Non sono nuova a questa esperienza, molti anni fa con Telefono Azzurro frequentavo come volontaria il carcere di Sollicciano dove con TA avevamo avviato il progetto "Nido in Carcere" e ci occupavamo dei bambini detenuti con le madri (da 0 ai 3 anni il bambino può restare insieme alla madre detenuta).

Questo per dire che non è la prima volta che entro in un carcere, ma anche questa volta l'ingresso nella struttura ha un impatto emotivo molto forte.

Il progetto riguarda la genitorialità e in particolar modo la relazione genitore-figlio interrotta nella sua quotidianità a causa della detenzione del padre (la Dogaia è un carcere maschile).

Sono stati 8 incontri, 4 con i detenuti della Media Sicurezza e 4 con i detenuti dell'Alta Sicurezza e l'obiettivo di questo progetto era di aiutare il genitore detenuto a riflettere sulla comunicazione con i figli riconoscendo le difficoltà che incontra e potenziando le proprie risorse. Prenderemo in considerazione temi importanti che riguardano l'essere genitori e le relazioni con i figli.

Parleremo di ascolto e cosa vuol dire ascoltare, di comunicazione dei sentimenti, di come condividere emozioni positive e negative, di come dire o non dire ai propri figli della detenzione, di cosa succede quando un figlio/a viene in visita o se non vuol venire a vedere il padre, di come mantenere la relazione con il proprio figlio/a durante l'assenza più o meno lunga.

Come sempre la modalità di questi "corsi" è quella dell'apprendimento attivo, cioè si impara facendo e condividendo le esperienze e per questo abbiamo preparato un programma di massima di attività da proporre e sulle quali poter lavorare.

Il 4 Febbraio è il giorno del primo incontro, sono emozionata mentre nella stanza spoglia aspettiamo che arrivino i detenuti che si sono prenotati per questa iniziativa.

Arrivano a gruppetti, secondo le sezioni di provenienza e dopo le presentazioni ci sediamo nella nostra modalità di cerchio per iniziare il lavoro.

Spieghiamo chi siamo, cos'è la Società dell'ascolto, i nostri principi e cosa intendiamo per ascolto, poi basta veramente poco, un tranquillo e aperto invito a raccontare della loro relazione con i figli a far iniziare i loro racconti:

S ha un bambino di 12 anni e una bambina di 5 (con problemi e sta facendo un percorso di logopedia). Ha sempre tenuto nascosto di essere in carcere ma ora suo figlio l'ha saputo e non vuole più andare a giocare al calcio (l'avevano preso in una squadra) e vuole smettere di andare a scuola perché si vergogna.

Dopo 8 anni di semilibertà **S** è tornato in carcere per una piccola infrazione, quindi ha lasciato di nuovo la famiglia. La sua famiglia gli è vicino comunque, i bambini stanno con la mamma che non lavora, **S** non vuole che vada a lavorare perché lei deve stare vicino ai bambini, sta a lui occuparsi del resto.

Ci racconta che la sua bambina è molto addolorata perché non vede più il babbo con il quale può parlare solo pochi minuti al telefono.

J dice che si è iscritto a questo corso per capire dove ha sbagliato con i suoi figli, per chiedere un parere a degli esperti e parla della sua situazione. Ha un figlio di 15 anni al suo paese, al quale telefona tutte le settimane (sono concessi 10min. a settimana).

Tutte le volte che lo chiama suo figlio piange, piange sempre e lui non riesce neppure a parlarci.

J ha una condanna a 20 anni e ne ha fatti solo 5. Non riesce a dire al figlio la verità, che non potranno vedersi per così tanto tempo. Ci dice che non sono riusciti a dir-

glielo le persone della sua famiglia che sono sempre lì con lui, figuriamoci come può farlo lui al telefono in 10 minuti! **J** ha anche una bambina di 8 anni e un maschio di 21 anni che vive in Italia e che adesso sta facendo di tutto per far venire il fratello in Italia. Questo è molto difficile, ma **J** è sicuro che suo figlio ce la farà!

La bambina non è un grande problema "e' piccola" dice il padre.

M non parla e gentilmente coinvolto nel chiedere un parere/consiglio per **J** (che lo aveva domandato), dice che lui non è in grado di dare né consigli né giudizi, ognuno ha la sua storia, lui non conosce la storia di **J** e della sua famiglia, conosce la sua.

Dice però che lui ha sempre detto la verità ai figli, sia su dove si trovava, sia sul tempo che doveva rimanere in carcere. Dice anche che preferisce ascoltare che parlare. Alla fine dell'incontro sempre su proposta di dare un parere dice: "Che posso dire? Io non faccio il padre!", i suoi occhi si inumidiscono, il pianto è in gola e sale, "e loro forse non fanno i figli!"

E' stato tutto il tempo in silenzio, molto composto schiena dritta gambe unite mani una dentro l'altra strette a pugno infilate tra le gambe unite occhi spesso bassi o che guardano in alto quando parla. Non è facile incontrare il suo sguardo.



Ci rendiamo conto che dovremo rivedere completamente il programma che avevamo preparato perché tanta è la loro voglia di parlare, e a lungo, che non ci sentiamo di interromperli per proporre gli esercizi preparati e il loro raccontarsi continua.

Il 18 febbraio terzo incontro, arrivano un po' alla spicciolata e cominciamo con 20 min di ritardo. I primi ad arrivare sono **S**, **J** e **N** che sono della stessa sezione.

Nell'attesa degli altri chiedo come si sentono dopo due incontri, cosa pensano e subito **N** dice che si è contento di poter parlare anche se... "mi aspettavo una cosa più.....approfondita, cioè di incontrare qualcuno che ci dicesse quali sono le cose buone da fare e quelle da non fare per non fare sbagli con i propri figli"

"Insomma, tipo una ricetta? dico io"

N sorride: "si proprio così! In modo che io posso sapere le cose giuste e quelle sbagliate!"

Spiego che non è facile dire cosa va bene e cosa non va bene perché ogni persona ha una storia diversa, situazioni di vita diverse, situazioni di famiglia diverse, insomma la ricetta non gliela possiamo dare, ma possiamo aiutarli ed esercitarci affinché un aspetto importantissimo nella relazione con i loro figli, la comunicazione, possa essere migliorata.

Ponendo l'attenzione alle loro emozioni possono capire meglio cosa succede loro e forse possono migliorare il modo di esprimerle, cosa che potrebbe aiutare anche nella relazione con i figli.

Proponiamo un lavoro di arte invitandoli a rappresentare con un segno, un colore, una parola, ciò che sentono pensando alla relazione con i loro figli.

La proposta è ben accettata da tutti e si mettono al lavoro. Il tempo indicato per il lavoro è troppo breve e non c'è tempo per la condivisione, l'appuntato appare, cambio turno, e loro devono rientrare nelle loro sezioni. Tutti preferiscono lasciare i lavori che riporteremo giovedì prossimo per condividerli cosa che facciamo e che prende tutte le due ore del quarto ed ultimo incontro.



Ci salutiamo con il piacere di aver fatto questa esperienza insieme e con il rammarico che sia già finita, tutti vorrebbero continuare, vedremo!

Mi appresto al primo incontro con i detenuti dell'alta sicurezza e adesso comincio ad essere abituata alle modalità di registrazione all'ingresso, ai cancelli che si aprono e chiudono, all'attesa dietro il cancello mentre frotte di detenuti transitano per raggiungere il piazzale per le attività all'aperto e mi accingo a questi incontri come la prosecuzione dei precedenti... errore!

Il gruppo è più piccolo, sono in sei, e anche a loro spiego chi sono e chi è la Società dell'ascolto i nostri principi e cosa intendiamo per ascolto.

Tutti sono molto attenti, ma l'atmosfera è diversa, noto una maggiore cautela a raccontarsi, per contro hanno molte domande da farmi: chi sono, se è la mia prima esperienza in carcere, perché sono qui, se questo è il mio lavoro, se sono a conoscenza del motivo della loro detenzione, insomma in "interrogatorio" in piena regola.

Mi sento proprio messa alla prova, come se loro dovessero decidere se io potevo stare lì, non ero preparata a questo e ho avuto un momento di iniziale incertezza se rispondere a tutte le loro domande o no e gliel'ho detto, ho espresso loro il mio sentire, ho deciso che potevano farmi tutte le domande che volevano ed abbiamo continuato così.

Ci siamo lasciati senza che da loro trapelasse un segnale di disponibilità a continuare il percorso o no.

Durante la settimana rileggo il programma, riscrivo, riadatto e alla fine decido che andrò al prossimo incontro con un quaderno bianco, il programma lo "scriverranno" loro se vorranno.

Mi sono presentata al secondo incontro con forti dubbi sul fatto che sarebbero tornati, arrivo al mio solito orario e non c'è nessuno, passano 5 10 minuti niente, dopo un quarto d'ora sono arrivati, tutti e sei, sono contenta!

C'è stato bisogno di più tempo perché qualcuno di loro, non tutti, parlasse della relazione con i propri figli e forse questo tempo stava arrivando quando invece gli incontri erano terminati.

Nell'ultimo incontro infatti **A** parla dei suoi bambini, sono piccoli e lui è tranquillo perché la madre si occupa di loro e le loro famiglie sono vicine. Ci racconta anche che suo padre è morto quando lui era piccolo e come parlando a se stesso: "chissà, forse se ci fosse stato lui la mia vita sarebbe stata diversa".

Anche **P** racconta di suo padre, del fatto che i primi anni di detenzione quando veniva a trovarlo gli domandava tutte le volte: "ma come hai fatto a finire qui? Cosa, cosa ho sbagliato, cosa non ti ho insegnato?" Ci parla anche della relazione con le sue figlie con una in particolare con la quale non riesce ad "agganciarsi", gli farebbe piacere andare a fondo su questa relazione... ma non ne abbiamo il tempo.

Al lavoro proposto di arteterapia hanno aderito solo 3 di loro e gli altri se ne sono andati.

Quando ci siamo salutati **F** ha detto che questi incontri per lui sono stati buoni, poter parlare ha alleggerito la durezza dello stare nella sua cella e che vorrebbe continuassero.

Paola Zipoli

Vorrei ringraziare la Direzione della Casa Circondariale La Dogaia per l'opportunità di questa esperienza, la D.ssa Ilenia Pisanu e la D.ssa Francesca Leporatti per l'amichevole accoglienza e assistenza.

Un ringraziamento speciale alle persone che hanno partecipato e che hanno condiviso vissuti ed emozioni importanti della loro vita.

Mi hanno lasciato i loro lavori "artistici" e autorizzata a pubblicarli, avevano anche chiesto di avere una traccia di quanto da loro fatto in questa esperienza di ascolto e con questo scritto mi sento di aver adempiuto ad un compito.

Copie del giornale verranno recapitate ai detenuti che hanno partecipato.

() Il progetto è stato formulato e condotto con il Dr. Eugenio Giommi che ha partecipato ai primi quattro incontri.*

Il linguaggio dell'apprezzamento

Nei Corsi di Educazione all'Ascolto e nei gruppi di auto aiuto diamo una grande attenzione a come usare la **critica e l'apprezzamento**.

Questo è molto importante in generale, siccome corrisponde ad uno degli scopi educativi e pedagogici che ha il Corso, cioè una proposta di cambiamento di atteggiamento.

Non si propone il modello della critica come strada unica per aiutare una persona a correggere i propri difetti o errori.

Anche se la critica è importante, ci ricordiamo che uno dei modi più usati per aumentare l'apprendimento è quello della ricompensa e una parte importante dell'apprendimento naturale si basa sulla ricompensa.

Nei libri di psicologia si incontra il condizionamento operante e Skinner che per primo studiò questo tipo di apprendimento (il piccione che becca un tasto e ottiene, se indovina la sequenza delle beccate, il cibo), e spesso si ricorda che in Inghilterra era scomparsa l'abitudine di lasciare davanti alle case le bottiglie di latte con un tappo di stagnola molto leggero perché i piccoli corvi avevano scoperto che sotto il tappo c'era della buona panna. Un corvo per caso aveva bucato la stagnola e dopo l'apprendimento era dilagato negli stormi.



Noi possiamo ricordare che apprezzare ciò che c'è di positivo nel comportamento delle persone aiuta molto a modificare il mondo intorno a noi, selezionando i comportamenti positivi.

Questa posizione che assumiamo non vuol dire che vogliamo eliminare la critica, oppure che interventi di critica affettuosa o sincera siano negativi.

In ogni caso addestrarci all'apprezzamento è un compito complesso che dobbiamo darci perché spesso entra in contrasto con l'educazione ricevuta, tocca emozioni potenti dentro di noi, ci pone di fronte all'atteggiamento che abbiamo anche verso noi stessi e ai nostri difetti come verso le nostre qualità. Jerome Liss ricordava una osservazione che viene dalla Psicologia Umanistica e dal grande movimento degli anni 70 negli USA: ci sono poche cose che siano al 100 per 100 negative, dimenticare le parti positive che ci sono vuol dire in realtà dare un feedback inadeguato.

E' come correggere un compito indicando solo le cose sbagliate e non quelle che comunque sono ancora positive.

Tuttavia, dentro un gruppo di persone che si apre per ascoltare, la capacità di creare un atteggiamento nelle persone che le spinga ad apprezzare il positivo prima che a criticare il negativo è un obiettivo importante del conduttore, soprattutto nel momento della condivisione sulla esperienza e in questa logica è molto importante essere attenti a questi aspetti sia nell'uso che ne fanno i conduttori sia nell'uso che ne fanno i partecipanti.

Quando si propone alle persone di raccontare cosa hanno sperimentato nell'esercizio fatto e soprattutto nello scambio di ascolto fatto in coppia o in piccolo gruppo di tre, vi son alcuni pericoli che ci minacciano e abbiamo alcuni nemici da tenere lontani:

- a) parlare degli altri, prima del parlare di se stessi
- b) parlare degli altri criticandoli.

Questo modo di parlare è molto pericoloso per la tranquillità del gruppo e in ogni caso il conduttore deve pensare come intervenire, ricordando sempre ai membri del Corso il ruolo che aveva nello scambio a due la persona che fa la critica, (se era la persona che parlava di sé o l'ascoltatore) perché una cosa è dire "non mi guardava mentre io parlavo" e un'altra dire "non mi guardava mentre parlava di se stesso" oppure "mentre io gli ho raccontato tutto di me, lui quando toccava a lui parlare, non ha detto nulla di importante" oppure "mi è sembrato confuso e non capivo bene cosa raccontava, sicuramente non ha detto tutto quello che aveva da dire" oppure "mi ha raccontato una storia triste e sbaglia nel comportarsi così con la sua famiglia".

Quello che a noi interessa è evitare le tentazioni principali dette sopra e rispettare sempre il diritto di chi parla di sé a comportarsi in piena libertà.

Eugenio Roberto Giommi

Le nostre attività a Prato

Gruppo di Psicoterapia Corporea

Gruppo di Ascolto aperto

Corso di Formazione per Counselor Biosistemico

Formazione per Facilitatore

Gruppo di ascolto e di auto aiuto per accumulatori compulsivi

Gruppo di auto aiuto sul sovrappeso e l'alimentazione

Gruppo di auto aiuto sul lutto

Visitaci su
www.ascolto.it

oppure su Facebook
Associazione Società per l'Ascolto
oppure Ascolto, psicologia, psicoterapia