

L'ESPERIENZA

Perché giocare insieme allenta le tensioni e fa ritrovare risorse nascoste. Lo spiega Gian Carlo Manzoni, counselor e formatore anche per la Gmg 2023

«Ritrovare l'armonia in famiglia Facile come un gioco da ragazzi»

DANIELA POZZOLI

Viene chiamato quando un cambiamento di vita importante ci getta nel panico, oppure per un esame impossibile da superare, o se in famiglia si alza troppo la voce. Di recente anche nel caso di adolescenti che faticano a rimettersi in gioco dopo il Covid. Non è un mago, non ha soluzioni chiavi in mano. I suoi strumenti del mestiere sono l'ascolto, "attivo, empatico e strutturato", e le domande che pone, "precise e focalizzate". Infine il gioco, che permette a chi lo interpella di "tornare in contatto con se stesso". Nel caso emergano talenti da esplorare, Gian Carlo Manzoni, da 22 anni counselor, master coach, facilitatore, formatore, li fa emergere. L'abbiamo incontrato alla Fiera della Gmg che si è tenuta di recente a Roma e che ha riunito animatori ed educatori da tutta Italia. Toccherà infatti a loro accompagnare alla Gmg di Lisbona (1-6 agosto) i gruppi di giovani, missione non sempre facile.

A chi si rivolge nella sua attività quotidiana?

Mi interpellano famiglie, insegnanti, educatori, formatori, manager, ma anche ragazzi e ragazze che hanno bisogno di un confronto per far emergere idee e risorse. La Fiera della Gmg è stato un modo per fornire agli educatori strumenti che li possano aiutare con creatività ad affrontare situazioni difficili o migliorare la relazione e la comunicazione. **Durante la pandemia la sua e altre famiglie si sono incontrate per cercare di risolvere situazioni esplosive che si erano venute a creare. Il Covid-19 vi faceva meno paura dei litigi tra quattro mura?**

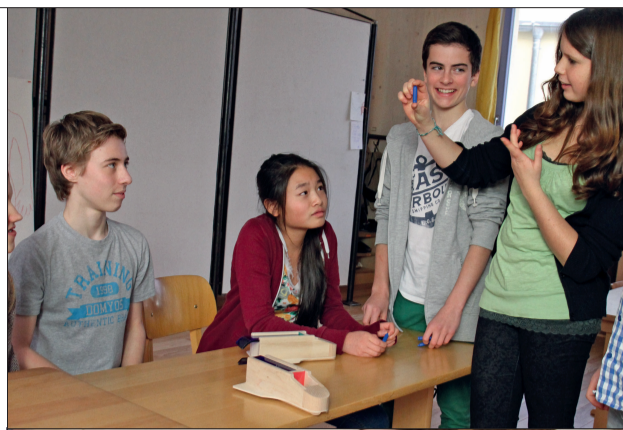
Sì, è vero, il possibile contagio da Covid ci faceva meno paura dei litigi. Quando si ha paura e c'è confusione volano parole a volte eccessive. Abbiamo cominciato a ragionarci in famiglia, tra noi quattro, e poi con prudenza e attenzione la nostra esperienza è stata estesa ad altri amici. Abbiamo iniziato a giocare nuovamente insieme, come quando erano bambini, ma con uno scopo preciso: raccontarci e parlare di quello che avevamo dentro. Per sollevare il clima e per aiutare i figli a esternare le loro emozioni. Fortunatamente nel mio studio ci sono giochi che utilizzo e favoriscono il dialogo e l'apprendimento, ne abbiamo utilizzati diversi per circoscrivere paura e rabbia, per farle uscire allo scoperto.

Quali oggetti?

Ad esempio sceglievamo delle foto/immagini che potevano esprimere ciò che volevamo accadere, e anche quello che potevamo fare diversamente. Abbiamo utilizzato diversi oggetti "antistress" dalle forme più svariate (un cuore, una mano, un piede, un cervello, una macchina fotografica...) per passare la parola fra noi e anche per parlare di quello che ci suggeriva l'oggetto in sé. Poi scrivevamo quella parola sulla lavagna per darci conforto e ricordare. In cortile abbiamo utilizzato altri strumenti, ad esempio un tavolino con un base un po' basculante in equilibrio, con dei pesi di diverse dimensioni che dovevano essere spostati o tolti e che rappresentavano quello che eravamo: un gruppo di persone con dei pesi, che dovevano essere sollevati o rimessi in equilibrio, e che si aiutavano reciprocamente.

E quindi?

Ci siamo apprezzati e sostenuti. Sono uscite da noi parole positive più che negative. Facendo qualche domanda sulle capacità che i figli e i genitori stavamo mostrando in quelle attività, le abbiamo rafforzate. Quante volte abbiamo sottolineato: «Sei proprio brava quando dici così... perchè... Hai fatto bene a dirmi questo... perchè...». Si sono creati momenti di sospensione giocosa che hanno permesso, facendoci parlare, di riscoprire i nostri talenti e di valorizzarli nelle attività. Abbiamo fatto un "bilancio" delle nostre capacità positive. Sono state pronunciate parole importanti come cura, guarigione, pazienza,



Alcuni momenti delle attività educative impostate sul gioco coordinate da Gian Carlo Manzoni (Archivio foto Metalog)



preghiera, paura, distanza, sicurezza, attenzione...

Come è possibile ristabilire un'armonia familiare attraverso "modalità non convenzionali", come lei le definisce?

Ognuno di noi ha una testa, un cuore, una pancia, un'anima. Potremmo dire che ognuno di noi ha in sé "quattro personaggi in cerca d'autore". E in una famiglia c'è chi li utilizza di più o di meno o non li utilizza bene quando è sotto stress. Ciò crea disarmonia e fa replicare degli schemi - come un disco rotto - che allontanano dalla comunicazione vera. Occorre allora mettere in campo qualcosa di diverso, non convenzionale, che spinga a uscire dall'abitudine, a pensare e a sentire diversamente, aprendo nuovi orizzonti. Abbiamo bisogno di qualcosa da "vedere" e "toccare" che apra mente e cuore, anche attraverso il dialogo e il movimento, e dunque attraverso il gioco, facendo emergere la nostra intelligenza spirituale. Quella che vede oltre e vede l'insieme delle situazioni. L'armonia familiare si riattiva quando tutti hanno permesso agli altri di parlare e tutti ringraziano gli altri componenti per il contributo offerto...

nia familiare si riattiva quando tutti hanno permesso agli altri di parlare e tutti ringraziano gli altri componenti per il contributo offerto...

Tutti dovremmo saper giocare per far "terapia"?

Anche se siamo adulti, o crediamo di esserlo per via dell'età anagrafica, rimaniamo sempre bambini. Molti dei comportamenti che riproponiamo oggi sono ereditati dalla nostra infanzia o adolescenza, e ci sono occasioni dove escano con tutta la loro spontaneità, anche e soprattutto quando abbiamo paura. Il gioco per i bambini è sempre stato qualcosa di serio, ed ecco perché riproporre il gioco anche agli adulti è riprendere la loro storia e rivederla alla luce di quanto avviene nel presente. E questo accade se si permette agli adulti di riflettere su quanto stanno facendo come metafora della loro vita. Mi piace sostituire alla parola "terapia", la parola "progetto di apprendimento". Se gioco, faccio. E se faccio, capisco. Se c'è qualcuno che mi aiuta e mi orienta a capire che collegamenti ci sono, è fatta. Quindi

sì, tutti dovremmo saper giocare: il gioco ci stimola di nuovo, mette in moto i nostri neuroni.

Lei e i suoi collaboratori come aiutate gli "hikikomori", i ragazzi che hanno deciso di ritirarsi dalla vita sociale per lunghi periodi, non uscendo di casa e restando nella propria cameretta in compagnia dei social?

Anche in questo caso, cercando di risvegliare la loro "presenza". La realtà che viviamo si scopre e si ama solo vendola davvero, non sui social. Molti di questi ragazzi hanno bisogno di riscoprire di avere mani, piedi, occhi, emozioni e un corpo che possono utilizzare per costruire, realizzare, muoversi. Lavoriamo prevalentemente nelle scuole per incoraggiare questa dimensione esperienziale. Li di giovani "isolati" ne abbiamo incontrati parecchi, anche in conseguenza degli anni in cui si è fatta troppa didattica a distanza, ma non ci sono stati casi specifici che abbiamo affrontato individualmente. Sugeriamo agli insegnanti di avere molta empatia e approcci personalizzati a piccoli passi.

In vista della Gmg di Lisbona come si devono preparare gli educatori che accompagneranno gruppi di giovani?

A parte la bella improvvisazione che contraddistingue ogni educatore, o "educ-attore" come li definisco, prima di partire devono pianificare qualcosa a tavolino soprattutto per orientare il dialogo e la discussione quando saranno in viaggio. Devono creare occasioni di dialogo in modo intelligente e divertente, quindi prepararsi a questo. Consiglio di pensare a come stimolare il dialogo e il confronto e non solo in modo digitale. Il buon vecchio "diario" personale per scrivere le proprie esperienze serve soprattutto per ricordarsi di dividerle e per scrivere idee e spunti che, una volta sul posto, possono aiutare a gestire le difficoltà. Chi ha esperienza nella conduzione di gruppi avrà certamente quella sensibilità pratica per generare un senso di maggiore attenzione che ognuno, nel viaggio, dovrà saper offrire ai compagni. Le difficoltà ci saranno, non si può controllare tutto, meglio mettersi nell'ottica di aspettarsi l'inaspettato. Un modo per "prevenire" però è curare il rapporto con le persone e fra le persone. Curare significa pensare a loro e anche, aggiungo da credente, pregare per loro.

Pregare?

Certo, una preghiera ti salva la vita, ti fa ricordare una persona e ti fa stare più attento quando la incontri. Gli educatori per me sono come gli "angeli custodi". In fondo, custodire e curare sono la stessa cosa. Non trova?

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IL NUOVO LIBRO DI IAVARONE

Resilienza e protezione Valori per genitori positivi

Sarà presentato giovedì 13, a Napoli, alla "Città del Libro 2023", il libro di Mariano Iavarone "Genitorialità positiva. Le basi psicosociali per stimolare resilienza e prevenire le esperienze sfavorevoli infantili" (Città Nuova). Il testo propone un approccio psicosociale complesso alla formazione educativa, centrato sul riconoscimento dei bisogni evolutivi dei figli e dei genitori, con l'obiettivo di stimolare stili relazionali capaci di attivare resilienza e protezione da esperienze sfavorevoli. Iavarone è psicologo e assistente sociale.

Anche per i consultori familiari una ripartenza in stile sinodale

Due giorni per ritrovarsi, per riflettere insieme lungo il cammino comune. Anche la confederazione dei consultori familiari di ispirazione cristiana sceglie lo stile sinodale - in questo periodo segnato dalla condivisione di un percorso fraterno voluto da papa Francesco - per il suo convegno. Sabato 15 e domenica 16, al "Carmelo" di Ciampino, si ritroveranno insieme i rappresentanti degli oltre 200 consultori familiari che aderiscono alla rete Cfc. Sabato, dopo l'introduzione della presidente della Confederazione, Livia Cadei, la relazione d'apertura toccherà al direttore dell'Ufficio nazionale per la pastorale familiare, padre Marco Vianelli. Mentre il giorno successivo, dopo lavori di gruppo e restituzione, la relazione conclusiva toccherà allo psicologo Aurelio Mosca, dirigente del Dipartimento Piss Ats Milano. Ma cosa significa fare Sinodo? Livia Cadei ricorre alle parole utilizzate da papa Francesco il 21 ottobre 2021, appunto all'apertura del Sinodo:

«Aprendo questo percorso sinodale, iniziamo con il chiederci tutti - Papa, vescovi, sacerdoti, religiose e religiosi, sorelle e fratelli laici -: noi, comunità cristiana, incamiamo lo stile di Dio, che cammina nella storia e condivide le vicende dell'umanità? Siamo disposti all'avventura del cammino o, timorosi delle incognite, preferiamo rifugiarsi nelle scuse del "non serve" o del "si è sempre fatto così"?». L'indicazione è chiara: «Fare Sinodo significa "camminare sulla stessa

strada, camminare insieme», e si articola nei tre verbi indicati dal Papa: "incontrare, ascoltare, discernere". Tre momenti che hanno sempre caratterizzato il cammino dei consultori familiari, come annotava anche don Edoardo Algeri, il compianto predecessore di Livia Cadei, nel suo libro *Servire la famiglia, edificare la Chiesa*. Una Confederazione «animata dal vivo desiderio di sperimentare il sentirsi parte di una comunità quale siamo, con il coraggio, l'umiltà e l'apertura come "stile sinodale"». Prosegue la presidente della Cfc: «Ecco perché a Roma un "sinodo dei consultori" in una cornice fatta di calore, di professionalità condivisa, di valori evangelici che animano e portano ogni giorno a percorrere le vie di un servizio gratuito e competente per permettere a tutti di migliorare le proprie condizioni relazionali e trovare sostegno per le difficoltà che la vita presenta». Sul tavolo gli snodi decisivi di questo impegno: l'identità del servizio e il rapporto con i territori.

L'INIZIATIVA

«Operare insieme con maggiore intensità»
Due giorni a Roma per la Confederazione dei centri di ispirazione cristiana

momenti francescani



La liturgia di ogni giorno con i frati della basilica di san Francesco ad Assisi



20€
4 numeri

Una lettura biblico-francescana del Vangelo per vivere meglio la Messa di ogni giorno



Info e abbonamenti:
075812238
redazione@sanfrancesco.org
www.sanfrancesco.org

© RIPRODUZIONE RISERVATA