

Giochi di interazione/1. Interessi e valori, lavoro e tempo libero

Schede per incontri di gruppo

Ecco un gruppo in un normale incontro «di routine», o magari anche in un momento forte del suo cammino.

L'animatore ha deciso che è ora di affrontare il tema dei «valori», cioè di quelli orientamenti di fondo e «totalizzanti» nella vita del ragazzo che lo definiscono, come radice dei suoi atteggiamenti e azioni. Egli si rende conto che deve richiamare la riflessione del ragazzo sul fatto che già «naturalmente» viviamo secondo dei valori perché li abbiamo assorbiti dall'ambiente, dalla famiglia; che non tutti i valori sono da collocare sullo stesso piano; che bisogna lottare per conquistarli; che ci sono dei modelli viventi di essi. Si tratta di lavorare su queste cose, possibilmente in maniera non noiosa per i ragazzi stessi. Come «riempire» l'ora e mezzo dell'incontro? Una «conferenza», storie di vita, ricerca sulla propria esperienza...?

Quello sui «valori» è ovviamente soltanto un esempio.

Nelle schede che seguono (e che seguiranno per altre tre puntate) offriamo modalità di coinvolgimento dei ragazzi stessi attraverso un «gioco» che li rende attivi alla ricerca e al confronto, su una serie di tematiche varie, quali quelle che normalmente vengono trattate in ogni gruppo.

Questo è ovviamente il primo momento, di risveglio dell'interesse, di analisi e confronto interno, per far «uscire fuori» materiali interessanti. Ad esso deve necessariamente seguire il confronto con la «cultura», il Vangelo, l'approfondimento e interiorizzazione, la «celebrazione», la proposta di nuovi atteggiamenti...

Le schede che presentiamo vivacizzano quindi i momenti iniziali e focalizzano l'interesse. Sono tratte da una serie di volumi tradotti dal tedesco a cura del Centro Salesiano Pastorale Giovanile, di prossima pubblicazione presso la Elle Di Ci (Klaus W. Vopel, Giochi di interazione per adolescenti e giovani, 4 volumi), che ringraziamo per il permesso di uso. Queste prime schede si riferiscono al tema dei valori e del lavoro e tempo libero.



VALORI INTERESSI OBIETTIVI

VERIFICA-VALORI

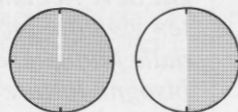
da Howe/Howe

OBIETTIVI

In questo gioco gli adolescenti possono individuare alcune rappresentazioni di valori che hanno assunto da persone per loro importanti. Questi modi di concepire i valori riguardano sfere significative della vita dei giovani. Essi possono poi confrontare le concezioni assunte da altri nei medesimi ambiti, in modo da sviluppare la consapevolezza di possibili alternative.

In una fase successiva saranno stimolati a riconoscere le fonti delle loro convinzioni, per chiedersi poi criticamente quanto ancora accettino quelle rappresentazioni di valori al loro attuale livello di sviluppo.

DAI
16
ANNI



ISTRUZIONI

Ecco un gioco che vi rivelerà quali importanti convinzioni avete riguardo a determinati ambiti della vita e da chi le avete assunte.

Solo raramente inventiamo noi stessi valori; piuttosto li incontriamo nel corso della nostra vita vedendo gli altri agire, pensare e parlare. Alcuni di quei valori che abbiamo assunto in età infantile si conservano anche quando cresciamo, e ci aiutano a prendere possesso della nostra vita e a raggiungere la felicità. Altri invece si dimostrano meno «utili». Allora facciamo bene a dare meno importanza ad un tale «valore» o addirittura ad abbandonarlo.

Ad esempio mia madre potrebbe avermi insegnato ad essere sempre umile e a non ritenermi importante. In base a tale «valore», propenderei ad agire in modo assolutamente non vistoso e a posporre i miei interessi e desideri rispetto a quelli degli altri. Forse da bambino ho anche ricevuto qualche riconoscimento per il mio comportamento, perché magari non ho disturbato; ma con una tale rappresentazione di valori è molto difficile diventare un adulto soddisfatto, cioè stabilire una solida relazione, educare dei bambini ed essere professionalmente capaci.

Ecco a voi il modulo «Verifica-valori»: per adesso leggetelo soltanto... Ora compilate la prima colonna sotto il titolo: «Quali principi ho imparato a riguardo di...?». Per ognuno degli ambiti indicati, annotate una convinzione che avete imparato nel corso della vostra vita. Non dovete per ora occuparvi delle altre colonne. Avete 10 minuti di tempo...

Ora scegliete tra i membri del gruppo quelli con cui vorreste lavorare insieme, e poi dividetevi in gruppetti di 6 persone ciascuno...

Sedetevi con il vostro gruppetto e leggete tra voi quello che avete scritto. Discutete sulle analogie e differenze che notate tra le vostre convinzioni. Avete mezz'ora di tempo...

Adesso continuate il lavoro momentaneamente da soli compilando le colonne 2 e 3. Indicate la persona *dalla quale* avete assunto una certa convinzione, ad esempio da vostro padre, da vostra madre, dal parroco o da un amico. Se avete sviluppato una convinzione da soli attraverso una esperienza personale, allora indicatelo.

Poi annotate nella terza colonna *come* avete assunto questi valori: se il valore vi è stato inculcato da una autorità, se era praticato da un vostro modello, o se voi stessi, casualmente oppure in seguito a una matura riflessione, siete arrivati a questo valore. Avete 15 minuti di tempo...

Adesso rileggete in silenzio le vostre risposte e vedete se qualcosa vi colpisce. Le seguenti domande possono aiutarvi:

- Da chi ho assunto un numero considerevole di valori?
- Da chi provengono valori di cui oggi dubito o che rifiuto?
- Ci sono persone importanti che non hanno espresso per me nessun valore?

- In quale misura accetto i valori indicati?

(Si scrivano queste domande in modo che siano visibili a tutti.)

Avete 5 minuti di tempo per riflettere sulle risposte delle colonne 2 e 3 e per analizzarle...

E adesso avete ancora un quarto d'ora per discutere nei vostri gruppi quello che avete rilevato...

Ora rimettetevi in cerchio per l'approfondimento finale...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo gioco?
- Ho appreso qualcosa di nuovo su di me?
- Cosa è stato particolarmente importante per me?
- Voglio fare qualcosa di diverso in futuro?
- Cosa desidero aggiungere ancora?

OSSERVAZIONI

Questo gioco è adatto ad ogni tipo di gruppo.

Generalmente la discussione nei singoli gruppetti si svolgerà animatamente: allora sarà necessario più tempo.

MATERIALI

Il modulo «verifica-valori».

VERIFICA-VALORI

| Quali principi ho imparato a riguardo di... ? | Da chi ho assunto queste convinzioni? | Come si sono formate? Indica la voce esatta (*) |
|---|---------------------------------------|---|
| Denaro: | | |
| Amore: | | |
| Tempo: | | |
| Sessualità: | | |
| Religione: | | |
| Politica: | | |
| Lavoro: | | |
| Amici: | | |
| Fortuna: | | |

* Alla colonna 3:

AUTORITÀ: Questa convinzione mi è stata inculcata da un altro.

MODELLO: Ho assunto questo valore da una persona che fondava la sua vita su di esso.

SCELTA INGENUA: Ho trovato io stesso questo valore del tutto spontaneamente.

SCELTA PONDERATA: Ho scelto questo valore dopo un accurato esame delle conseguenze.

I MIEI IDOLI

da Howe/Howe

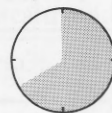
OBIETTIVI

Questo gioco stimola gli adolescenti a chiarire quali «eroi» sono importanti per loro e quali valori vengono simbolizzati attraverso queste figure della vita pubblica.

Spesso l'idolo incarna per noi delle qualità che non osiamo realizzare noi stessi. Si aiuti gli adolescenti dapprima a riconoscere che essi hanno molte più qualità di quante non credano. Li si stimoli a trovare mezzi e vie per sviluppare da sé queste qualità in modo più efficace.

Se per esempio stimo Sammy Davis jr. come presentatore, allora posso forse capire che ammiro in lui soprattutto il fatto che, pur appartenendo a una minoranza, si sia potuto affermare come artista. In un secondo momento posso poi dirmi: «Non devo impormi di fronte a milioni di persone, ma quali sono le persone di fronte alle quali per me è importante affermarmi?». E forse noterò che in alcuni punti per me importanti mi allontano dai modi di vedere dei miei genitori e non ho il coraggio di dirlo loro. Allora posso propormi di provare a rischiare almeno adesso.

DAI
12
ANNI



ISTRUZIONI

Vi propongo un gioco dal titolo «I miei idoli». Scoprirete quali idoli avete, cosa significano per voi, perché li ritenete così validi e come potete, forse, portare nella vostra vita un po' dello splendore di quelle stelle. Ecco qui un modulo che dovete anzitutto riempire. Avete 15 minuti di tempo...

Ora unitevi in gruppetti di 4 persone e informate gli altri su ciò che avete scritto.

Prevedo che abbiate avuto difficoltà nel rispondere all'ultima domanda. Potremo parlare assieme in seguito più dettagliatamente di questo punto quando ci rimetteremo in cerchio.

Avete 20 minuti di tempo per discutere nei gruppetti...

Adesso rimettiamoci tutti in cerchio... Concentriamoci soprattutto sulle vostre riflessioni riguardo all'ultima domanda del modulo e approfondiamole insieme...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo gioco?
- Quali valori stimo nei miei idoli?
- Lo stesso valore ritorna più volte?
- Gli idoli dei miei genitori incarnano i miei stessi valori?
- Quale importanza hanno gli idoli per la società umana?

- Quanto mi possono danneggiare e quanto essermi utili?
- Cosa è stato particolarmente importante per me in questo gioco?
- Cosa desidero aggiungere ancora?

OSSERVAZIONI

Questo gioco è semplice sino al punto in cui ci imbattiamo nell'ultima domanda del modulo. Per molti adolescenti è una scoperta sconvolgente l'accorgersi che non sviluppano affatto tutto il loro potenziale, ma che si accontentano di riconoscerlo (quasi di «cederlo») ai loro idoli. A questo punto è una tattica divertente e psicologicamente efficace incoraggiare i singoli partecipanti a imitare i loro idoli, per stabilire così un contatto diretto ed emotivo con desideri e possibilità interiori e inconsci.

MATERIALI

Il modulo: «I miei idoli».

| I MIEI IDOLI | | | | | |
|--|----------|-----------|---------------------|----------|-------|
| | SPORTIVI | SCRITTORI | STARS SPETTACOLO | POLITICI | ALTRO |
| Attualmente stimo soprattutto: | | | | | |
| Cinque anni fa stimavo, soprattutto: | | | | | |
| Del mio idolo ammiro soprattutto il fatto che: | | | | | |
| Quanto posso io realizzare in piccola misura ciò che contraddistingue il mio idolo? | | | | | |
| Annotare gli idoli in questione di volta in volta. Scrivere poi ciò che particolarmente si stima nel proprio idolo e come si possono valorizzare di più i suoi pregi nella propria vita. | | | | | |

IL MIO REGISTRO DEI PECCATI

Vopel

OBIETTIVI

Le nostre convinzioni morali diventano particolarmente chiare quando ci concentriamo su quello che definiamo il lato oscuro di noi stessi, sulle nostre mancanze e sui nostri errori.

In un certo modo siamo noi stessi i nostri critici e giudici più severi, sicché è opportuno, ogni tanto, intraprendere una revisione per eliminare i giudizi troppo aspri.

Il nostro giudice interiore parla con noi talvolta con voci e argomenti di altri. Si tratta spesso delle voci di nostro padre, di nostra madre, di un insegnante, del parroco, dell'animatore, di un amico, ecc. Faremo bene a verificare con precisione se criticiamo noi stessi per non esserci attenuti a certi principi che, dopo un maturo esame, riteniamo importanti, oppure se abbiamo solamente trasgredito principi che secondo l'opinione di altri sarebbero da rispettare.

Proprio gli adolescenti tendono alla rigidità morale, anche se questa compare in parte mascherata da uno stile di vita abbastanza disimpegnato. Questo gioco può aiutare a maturare una maggiore capacità di riflessione e di valutazione nei confronti di ciò che è «buono» e «cattivo».

DAI
16
ANNI



ISTRUZIONI

Oggi vi è offerta la possibilità di sfogliare, per così dire, tra vecchi atti giudiziari «interiori».

Ognuno di noi fa cose nella vita di cui più tardi si pente, perché hanno avuto conseguenze spiacevoli per lui e per altri, oppure perché ha trasgredito dei principi interiori.

In seguito ci facciamo spesso severi rimproveri e accusiamo noi stessi, spesso in modo più aspro di quanto non farebbero altri. Talvolta arriviamo al punto di trarre su di noi conclusioni troppo cattive o generalizzate, come ad esempio: «Sei proprio stupido» - «Andrai a finire male» - «Non sei buono a nulla», ecc. Tali insulti rivolti a se stessi spesso non nascono veramente da noi, bensì abbiamo sentito questi messaggi distruttivi abbastanza presto da altri, e li continuiamo a ripetere. In questo modo possiamo danneggiare drasticamente il nostro sentimento di autostima e poniamo con ciò le migliori premesse per continuare a compiere azioni indesiderate e cattive.

Con questo gioco potrete finalmente trarre con tranquillità un bilancio interiore e mettere sotto nuovo esame - sulla base del vostro attuale modo di vedere - quei cosiddetti errori. Forse potrete trovare in alcuni punti delle circostanze attenuanti o addirittura eliminare completamente alcuni dei vostri giudizi così critici.

Ecco un questionario che completerete nella prima mezz'ora. Affinché possiate veramente lavorare in libertà e con onestà di fronte a voi stessi, potrete tenere per voi le risposte, se lo desiderate... (30 minuti)
 Adesso rimettiamoci in cerchio... Cercatevi ora un compagno col quale scambierete le vostre opinioni. Avete 15 minuti di tempo. Decidete da soli cosa comunicare al vostro partner e cosa volete tenere per voi...
 Ora rimettiamoci tutti in cerchio per cominciare assieme l'approfondimento finale...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo gioco?
- Come ho reagito emotivamente alle domande del questionario?
- Mi sono sentito alleggerito su un particolare punto?
- Quale parte del questionario ho trovato particolarmente difficile?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Secondo quali punti di vista ho ordinato i miei «peccati»?
- Ho imparato finora a parlare apertamente e in modo critico dei problemi morali?
- Mi è piaciuto lo scambio di opinioni con il mio partner?
- Quanto ho voluto essere aperto?
- Perché è importante imparare a perdonare se stessi?
- Cosa desidero aggiungere ancora?

OSSERVAZIONI

Questo è un gioco difficile, ma certamente proficuo, che si dovrebbe fare solo se si è raggiunto un atteggiamento sereno nei confronti di un tema così scabroso. Si deve essere preparati al fatto che alcuni adolescenti possono prendere coscienza di un materiale per loro opprimente che genera forti sentimenti di rabbia e tristezza.

MATERIALI

Il questionario «Il mio registro dei peccati».

IL MIO REGISTRO DEI PECCATI

Annota schematicamente le cose peggiori che hai fatto nella tua vita:

.....

Ora metti in ordine i tuoi «peccati» dando all'azione peggiore il numero 1, il numero 2 alla seconda e così di seguito.

Cerca ora uno dei «peccati» che nella tua coscienza ti dà maggior fastidio e del quale vorresti occuparti più da vicino.

Scrivilo qui:.....

Se tua madre sapesse di questa azione, cosa direbbe?

.....

Se tuo padre sapesse di questa azione, cosa direbbe?

.....

Cosa hai detto tu stesso di questa azione, quando l'hai compiuta?

.....

Confronta le reazioni dei tuoi genitori con la tua: c'è un comune denominatore?

.....

.....

Ora osserva la tua azione da una posizione consapevolmente neutrale: quali valori hai infranto con il tuo atto?

.....

.....

Ci sono valori che hai difeso con la tua azione? Quali sono?

.....

.....

Discuti ora i pro e i contro della tua azione in poche frasi:

.....

.....

Sei pronto a perdonarti oggi quella azione?

Cerca, in poche righe, di concederti l'amnistia:

.....

.....

PRESIDENTE PER UN GIORNO

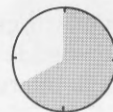
da Maid

OBIETTIVI

Con questo gioco gli adolescenti potranno scoprire i valori per i quali si impegnerebbero volentieri in politica.

E incominciano a scoprire che alcuni «valori» tendono per forza di cose a escluderne altri.

DAI
16
ANNI



ISTRUZIONI

Oggi rifletterete su cosa pensate di alcune importanti questioni politiche e su quali valori vorreste trionfassero in campo politico.

Dovete elaborare il modulo da soli nella mezz'ora che segue...

Adesso rimettetevi in cerchio... Uno dopo l'altro raccontate per cosa vorreste spendere più denaro, e per cosa invece meno...

Adesso alcuni di voi avranno la possibilità di sostenere di fronte agli altri il loro punto di vista riguardo la politica. Faremo così: chi vuole può sottoporsi per tre minuti a una intervista politica. Gli altri partecipanti potranno fare all'intervistato delle domande a turno. Queste domande dovrebbero rivelare in modo più chiaro quali valori sono contenuti nel punto di vista in questione.

Quindi saranno importanti le domande su come il partecipante intervistato ha collocato un certo valore su un gradino alto o basso della sua graduatoria. Inoltre sono importanti anche domande che indagano sulle conseguenze che una tale categorizzazione può avere. Così qualcuno può ad esempio chiedere: «Vuoi investire più denaro per aiutare i paesi in via di sviluppo e sostieni che ti importa soprattutto il valore della responsabilità dei ricchi nei confronti dei poveri. Mi sai dire da quando stimi tale valore così tanto?» (Indagine sui presupposti personali). Oppure un altro potrebbe chiedere: «Hai pensato alle conseguenze che avrebbero le nazioni industrializzate se veramente queste investissero più denaro per aiutare i paesi in via di sviluppo? Con quali effetti dovrebbero fare i conti?».

Fate attenzione a non criticare e deridere il punto di vista politico dell'intervistato attraverso le vostre domande, bensì a indagarlo con maggior precisione.

Chi è disposto ora a farsi intervistare...?

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo gioco?
- Mi è stato difficile stabilire a quali provvedimenti politici dare la priorità e poi riconoscere i valori ad essi collegati?
- Le decisioni che io ho preso per i valori vengono espresse anche nella mia quotidianità?
- Mi interesso quotidianamente di questioni politiche?
- Quanto sono attivo politicamente e come?
- Quale ruolo svolge la politica nella mia famiglia e quale punto di vista assumono mia madre e mio padre?
- Come mi sento quando ho a che fare con la politica?
- Posso immaginare di assumere un giorno un incarico politico?
- Mi sono offerto per un'intervista?
- Come ho reagito ai punti di vista degli altri?
- Cosa desidero aggiungere ancora?

OSSERVAZIONI

Questo gioco è stimolante e vivace. Si faccia attenzione al fatto che le domande devono mirare a un esame e non contenere una critica indiretta agli intervistati.

MATERIALI

Il modulo «Presidente USA per un giorno».

PRESIDENTE USA PER UN GIORNO

Se tu fossi il Presidente USA per cosa vorresti spendere più denaro?

- () Aiuto ai paesi in via di sviluppo.....
- () Difesa.....
- () Risanamento delle città.....
- () Protezione dell'ambiente naturale.....
- () Istruzione.....
- () Ampliamento della rete di comunicazione.....
- () Sovvenzioni per l'agricoltura.....
- () Sovvenzioni per l'industria.....
- () Lotta contro la povertà.....

Riflettete sul modo in cui date la priorità a una voce e mettete poi i vari provvedimenti in ordine di preferenza numerandole.

Riflettete ora sui valori e sulle convinzioni che secondo voi si collegano ai singoli provvedimenti, e annotateli accanto alle varie voci.

Motivate ora (scrivendo sul retro del foglio) la vostra scelta dell'ambito in cui investireste più denaro e di quello in cui invece investireste meno.

VALORI E SIMBOLI

da Howe/Howe

OBIETTIVI

Questo gioco aiuta i ragazzi ad approfondire la loro coscienza dei valori. In piccoli gruppi potranno esprimere cosa pensano di diversi valori centrali e cercare di giungere a un denominatore comune.

DAI
14
ANNI



ISTRUZIONI

Proverete oggi a riflettere sul vostro rapporto con valori importanti, su cosa significano per voi, su quali pensieri e sensazioni stimolano in voi. Lavorerete in gruppetti di quattro partecipanti ciascuno. Formate anzitutto i gruppetti... Ora vi darò un modulo... Come vedete, sono qui registrati cinque valori. Il compito di ciascun gruppetto sarà quello di fare assieme una passeggiata e di scegliere per ognuno dei cinque valori un oggetto che esprima, a giudizio di tutto il gruppetto, nel miglior modo possibile, il ruolo che ciascun valore ha o dovrebbe avere nella vostra vita. Se si trattasse di oggetti che potete trasportare qui, allora fatelo. Se invece scoprirete un oggetto che non potrete trasportare, annotatelo semplicemente nella seconda colonna. Compilate i vostri moduli durante la passeggiata e segnate anche i motivi per i quali desiderate mettere in collegamento un certo valore proprio con un certo oggetto. Mettetevi d'accordo nel vostro gruppetto su oggetti simbolici adeguati. Avete un'ora di tempo.

APPROFONDIMENTO

- Abbiamo saputo accordarci facilmente?
- Quali oggetti avrei scelto io se fossi stato da solo?
- Quali diversi oggetti sono stati portati per un unico valore?
- Ho imparato qualcosa di nuovo su di me o sugli altri?

OSSERVAZIONI

Questo gioco «nella natura» stimola la fantasia degli adolescenti ed è adatto a tutte le età. Non si abbia paura a lasciar uscire dalla sede di incontro i ragazzi. Purché il rientro avvenga in tempo.

MATERIALI

Il modulo «Valori e simboli».

VALORI E SIMBOLI

| VALORE | OGGETTO | MOTIVI DELLA SCELTA |
|----------|---------|---------------------|
| Bellezza | | |
| Amore | | |
| Amicizia | | |
| Verità | | |
| Pace | | |



LAVORO E TEMPO LIBERO

PER COSA LAVORO?

Vopel

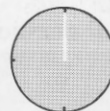
OBIETTIVI

Scopo di questo esercizio è mettere in confidenza i giovani con il lavoro attraverso un ampio spettro di atteggiamenti psicologici, e stimolarli a chiedersi: «Quali sono gli obiettivi più o meno segreti che perseguo nel mio lavoro?».

Se i giovani prendono coscienza dei loro propri motivi, possono riflettere meglio sulle conseguenze che possono trarne e sulle possibilità o sui pericoli con i quali devono fare i conti. Soprattutto è valido anche qui il principio secondo cui lo sviluppo spirituale si compie in modo più scorrevole se i processi interiori importanti sono resi consapevoli.

In vista della situazione di vita dei giovani, non si sottolineerà mai abbastanza che devono prendere confidenza con l'idea di un apprendimento che dura tutta la vita. Solo così possono evitare di fissarsi troppo presto nel lavoro in modo siffatto da non riuscire più a venir fuori da quel vicolo cieco in cui si sono incamminati.

DAI
18
ANNI



ISTRUZIONI

Oggi rifletterete sui motivi per i quali lavorate e sugli obiettivi spirituali che intendete raggiungere.

Spesso si vuol ottenere nel lavoro qualcosa che non è connesso col lavoro stesso.

Se si riesce a chiarirsi cosa ci interessa, si può controllare se si è al punto giusto per poter raggiungere nel modo più completo possibile la propria meta. Chi per esempio vuole acquistare potere nel lavoro e diventare un manager influente, deve fare in modo di lavorare in un settore dell'organizzazione che sia particolarmente influente e riconosciuto.

Inoltre il fatto che si conoscano i propri impulsi interiori aiuta ad affrontare meglio determinate unilateralità e certi pericoli che si possono

incontrare. Se si sa ad esempio che si vuole suscitare ammirazione con il proprio lavoro, allora se ne può facilmente dedurre che si dipende moltissimo dalla reazione degli altri.

E forse si può ottenere la simpatia a cui teniamo più dagli amici che dai colleghi di lavoro.

Ecco un questionario da completare in 30 minuti.

Ora formate dei gruppetti di quattro persone e discutete assieme le vostre risposte, le vostre preferenze e le riflessioni che avete fatto. Avete altri 30 minuti di tempo...

Per incominciare l'approfondimento finale ciascuno di noi dirà agli altri il suo principale atteggiamento attuale nei confronti del lavoro...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo esercizio?
- Ci sono punti del questionario che non ho capito?
- Ho imparato qualcosa di nuovo?
- Come è stato lo scambio di opinioni nei gruppetti?
- Quali tre punti avrebbero segnato mio padre, mia madre e il mio capo?
- Sono soddisfatto degli obiettivi che ho scoperto ora?
- A cosa presterò attenzione in futuro?
- Voglio fare qualcosa di diverso?
- Cosa desidero aggiungere ancora?

OSSERVAZIONI

Si esamini accuratamente se il gruppo può affrontare questo esercizio piuttosto esigente.

L'animatore può applicare, variandolo, il questionario anche ad altre situazioni di vita e di esperienza del giovane.

MATERIALI

Il questionario «Per cosa lavoro?».

PER COSA LAVORO?

Qui di seguito sono elencati alcuni obiettivi che possiamo perseguire nel nostro lavoro. Leggete con calma la lista e cercate di capire il senso dei singoli enunciati.

Io lavoro...

() — *per ottenere il rispetto altrui.*

Voglio che siano riconosciuti i risultati che ottengo nel lavoro e la mia abilità.

() — *per suscitare ammirazione.*

Voglio che gli altri siano contenti di quello che faccio, si stupiscano di me e mi trovino eccezionale.

() — *per poter essere orgoglioso di me stesso.*

Voglio poter dire: «Questo è il mio lavoro. Questo l'ho fatto io».

- () — *per poter esprimere rabbia e aggressività.*
Quando finisco un lavoro voglio poter dire: «Ho finito. Ho superato questa difficoltà».
- () — *per punirmi.*
Intimamente mi dico: «Se lavoro sodo e tribolo tanto, allora non devo sentirmi in colpa per niente».
- () — *per godermi il cameratismo con i colleghi.*
Così esco di casa e mi trovo tra amici.
- () — *per proteggermi dall'inarrestabile passare del tempo e dal passato.*
Si parlerà a lungo di quello che ho fatto. Ho lasciato delle tracce.
- () — *per raggiungere un certo standard di vita.*
Con questo stipendio posso permettermi certe cose che ritengo importanti.
- () — *per sopravvivere.*
Per assicurarmi col mio lavoro di che vivere e stare bene.
- () — *per ottenere una vittoria.*
Con il mio risultato voglio essere insuperabile e spazzare via i miei rivali.
- () — *per sentirmi in una struttura solida e in un ordine prestabilito.*
Mi sentirei insicuro e indifeso senza la solida cornice di fini prestabiliti e di tappe già tracciate.
- () — *per soddisfare la mia curiosità e la mia voglia di cambiamenti.*
Mi interessa mettere in moto nuove idee e progetti. Possono poi essere portati a termine da altri.
- () — *per guadagnare fama.*
Sono io quello che progetta ed esegue. La mia forza è saper portare a termine una cosa in modo costruttivo, anche se è stata iniziata da altri.
- () — *per concentrarmi.*
Se lavoro intensamente e sforzo la mia mente, posso ripararmi da sensazioni spiacevoli e che mi disturbano, soprattutto dai dispiaceri e dalla sofferenza.
- () — *per sentirmi protetto.*
Ho piacere se autorità riconosciute mi dicono cosa fare. Mi prendo malvolentieri la responsabilità completa per un lavoro fatto da me.
- () — *per avere il potere.*
Voglio dire io agli altri cosa devono fare e controllare che lo facciano.

Metti una crocetta sugli obiettivi che ti interessano...

Ora metti i punti segnati in ordine di preferenza...

Ora cerca di ricordare una situazione particolare in cui i cinque obiettivi che ritieni più importanti hanno determinato il tuo comportamento. Descrivila schematicamente.

1.
2.
3.
4.
5.

Ora rileggi la lista. Cerca di rispondere alle seguenti domande:

Quale degli obiettivi che hai segnato vorresti mantenere, rafforzare, indebolire o abbandonare? Ci sono nella lista obiettivi che vorresti fare tuoi?

LAVORO E AMORE

da Rohlich

OBIETTIVI

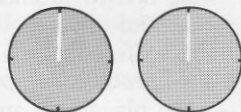
Questo esercizio piuttosto impegnativo indirizza la consapevolezza dei giovani verso la separazione tra sfera professionale e privata, o meglio tra lavoro e amore.

Li dovrebbe aiutare ad assumere una prospettiva più ampia nei confronti della vita e a riconoscere in modo più chiaro le caratteristiche specifiche di entrambe queste sfere di autorealizzazione.

Sfortunatamente tendiamo spesso a interscambiare tra loro lavoro, e amore. Nel peggiore dei casi diventiamo persino lavoro-dipendenti, amiamo la nostra attività più delle persone alle quali possiamo essere vicini, e strutturiamo i rapporti d'amore secondo i punti di vista del nostro lavoro, magari desiderando il loro dominio e controllo. È chiaro che paghiamo poi a caro prezzo un tale sviluppo sbagliato e che contemporaneamente le persone con cui condividiamo lavoro e amore vengono ingannate nelle loro proprie pretese.

I giovani devono essere allora sensibilizzati in tempo a non mescolare fra loro lavoro e amore. Bisogna chiarire loro le tendenze specifiche nei due sessi riguardo al rapporto tra lavoro e amore, e incoraggiarli a instaurare un equilibrio responsabile e consapevole tra queste due forme della nostra autorealizzazione.

DAI
18
ANNI



MATERIALI

Carta e penna.

ISTRUZIONI

Oggi rifletteremo sui due ambiti più importanti con cui ci confrontiamo nella nostra vita.

Da una parte sta il lavoro: come pochi altri elementi, esso definisce chi siamo e la nostra personalità.

Dall'altra parte sta l'amore: esso ci permette a volte di superare i confini della nostra personalità e di unirci ad un'altra persona per essere felici.

Esistono infinite altre caratteristiche che distinguono il lavoro dall'amore. Vorrei dapprima spiegare cosa intendo con questi due concetti, prima di scoprire la serie di caratteristiche che li definiscono.

Quando pensiamo al lavoro, proporrei che ci si riferisca a quello del carpentiere, perché in questo lavoro manuale emergono in modo particolarmente chiari i caratteri più importanti. Quando pensiamo all'amore, consideriamo invece il rapporto tra uomo e donna, oppure tra amici stretti che si trovano bene insieme perché sono felici e si sentono arricchiti in presenza uno dell'altro.

(Si raccolgano dapprima in gruppo le caratteristiche del lavoro e poi dell'amore. Si facciano due liste alla lavagna. Si cerchi infine di costruire con il gruppo delle coppie di caratteri contrastanti in modo da esprimere la polarità tra lavoro e amore, all'incirca nel modo seguente:

AMORE

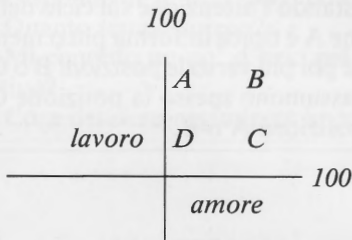
unione
sensi
libertà
presente
sessualità
cambiamento dell'io
stare con l'altro/a
empatia
piacere
recettività
processo
entusiasmo
qualità
sottomissione

LAVORO

separazione
ragione
struttura e ordine
futuro
aggressività
cambiamento dell'oggetto
vincere la resistenza del materiale
programmazione
soddisfazione
attività
prodotto
preoccupazione
quantità
dominio e controllo

Le polarità di questa lista sono state pensate per l'orientamento personale degli animatori e non c'è bisogno che la lista delle polarità elaborata dai giovani vi corrisponda. Non è nemmeno necessario ricondurre tutte le osservazioni dei giovani ai concetti di questa lista.

Si aiutino ad ogni modo i ragazzi a contrapporre caratteri veramente opposti e a non confondere le caratteristiche specifiche delle due sfere. Scopo di questa lista di caratteristiche polarmente contrapposte è l'ottenimento da parte dei ragazzi di un quadro preciso degli atteggiamenti interiori e delle azioni spirituali nelle due sfere. Il gruppo sarà allora pronto a capire la spiegazione successiva dell'animatore delle posizioni esistenziali nella zona di separazione tra lavoro e amore. Si utilizzi il seguente schema di coordinate e si disegni alla lavagna due assi della stessa lunghezza.



La posizione A indica il lavoro-dipendente che ama solo ciò che può controllare e che teme i rischi di una relazione, soprattutto il ripensamento o la perdita dell'amato/a. La posizione D corrisponde alla persona che non si sa realizzare né nel lavoro né nell'amore. La posizione C indica un uomo che cerca soddisfazione soprattutto nell'amore e la posizione B mostra l'equilibrio così difficile da raggiungere tra un lavoro impegnativo e la realizzazione in amore.

Si spieghi al gruppo questo schema e si stimolino poi i giovani a costruirne uno uguale per indicare la posizione che corrisponde alla loro situazione

attuale. Successivamente si faccia individuare loro la posizione che invece vorrebbero occupare tra dieci e vent'anni. Si faccia mettere una data accanto alle tre posizioni segnate.)

Ora dividetevi in gruppetti di quattro persone e scambiatevi le vostre opinioni. Tenete presenti i seguenti punti:

1. Quanto sono soddisfatto della posizione che in questo momento occupano nella mia vita lavoro e amore?
2. Quale esempio mi hanno dato i miei genitori?
3. Vorrei cambiare qualcosa nel futuro più prossimo?

Avete 30 minuti di tempo per discutere...

Ora rimettiamoci in cerchio, per approfondire l'esercizio...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo esercizio?
- Che cosa ha plasmato sino ad ora il mio modo di vivere lavoro e amore?
- Cosa ho imparato a casa su lavoro e amore?
- Conosco qualcuno che secondo me collega in modo esemplare questi due ambiti dell'essere?
- Ho imparato qualcosa di nuovo su di me?
- Cosa desidero aggiungere qualcosa?

OSSERVAZIONI

Si provi questo esercizio solo con gruppi che l'animatore conosce bene e in cui vige un'atmosfera di fiducia.

Altra premessa importante è che l'animatore stesso abbia in sé sufficiente confidenza con questa tematica e che non abbia timore di parlare ogni tanto anche di sé.

Si può arricchire l'approfondimento spostando l'attenzione sul ciclo della vita. Per i ventenni e trentenni la posizione A è tipica in forma più o meno solida. La crisi tra i 38 e i 43 anni li spinge poi più verso le posizioni B o C. Le donne invece tra i venti e trent'anni assumono spesso la posizione C, per spostarsi poi in età media verso la posizione A o B.

COME DIVIDO IL MIO TEMPO

Vopel

OBIETTIVI

Questo esercizio fa indagare i giovani sul modo in cui trascorrono il loro tempo, e li aiuta ad assumere un atteggiamento più riflesso nei confronti dello stesso.

DAI
16
ANNI



ISTRUZIONI

Oggi esaminerete il modo in cui organizzate il vostro tempo. Il seguente questionario lo completerete nei prossimi 20 minuti...
Ora mettetevi in gruppetti di quattro persone per scambiarsi le vostre opinioni.
Avete 30 minuti di tempo per discutere...
Ora rimettiamoci in cerchio per l'approfondimento finale...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo esercizio?
- Per cosa vorrei avere più tempo a disposizione?
- Come posso ottenerlo?
- Per cosa vorrei spendere meno tempo?
- Come posso farlo?
- Quali difficoltà devo superare per organizzare il mio tempo in modo corrispondente al mio sviluppo e ai miei desideri?
- Quanto tempo spreco?
- Mi concedo un po' d'ozio nel mio tempo libero o devo essere sempre attivo?
- Cosa desidero aggiungere ancora?

MATERIALI

Il questionario «Come divido il mio tempo»

COME DIVIDO IL MIO TEMPO

Il seguente diagramma rappresenta lo spazio di una settimana. Se dovessi suddividere questo tempo tra studio, lavoro, tempo libero, amore, amicizia e attività di sopravvivenza (mangiare, bere, dormire, ecc.), dove metteresti le linee di divisione?



Descrivi dapprima schematicamente cosa fai per ogni singola voce:

Studio:

Lavoro:

Amore e amicizia:

Tempo libero:

Attività di sopravvivenza:

Quante ore dedichi per ogni attività in una settimana della durata media di 168 ore? Scrivi il numero di ore stimato vicino ad ogni voce:

- Studio = ore.....
- Lavoro = ore.....
- Amore e amicizia = ore.....
- Attività di sopravvivenza = ore.....

tot. ore 168

Riporta la tua suddivisione del tempo di una settimana nel diagramma vuoto...



Osserva con calma il diagramma che hai disegnato. Sei soddisfatto del modo in cui suddividi il tuo tempo? Per cosa vorresti avere più tempo? Per cosa vorresti spendere meno tempo? Cosa potresti fare praticamente per modificare qualcosa?

.....

COME ORGANIZZARE IL TEMPO LIBERO

da Bollers

OBIETTIVI

Questo esercizio aiuta i partecipanti ad avere una visione d'insieme del loro tempo libero e a chiarirsi cosa fanno quando sono da soli o con gli amici, e quali delle attività che svolgono nel tempo libero hanno un carattere contemplativo-recettivo o attivo-produttivo. In questo modo i ragazzi possono giudicare meglio se le differenti possibilità di organizzare il loro tempo libero possono sussistere in rapporto equilibrato.

DAI
16
ANNI



MATERIALI

Carta e penna.

ISTRUZIONI

Oggi prenderemo in considerazione tutte le cose che fate nel tempo libero e le classificheremo secondo quattro punti di vista.
(Si disegnano alla lavagna le coordinate cartesiane come nel seguente schema.)

| | | |
|---------------|-----------|------------|
| | da solo | |
| I | | II |
| passivo | | attivo |
| contemplativo | | produttivo |
| III | | IV |
| | con altri | |

Ricopiate queste coordinate su di un foglio...

I due quadranti superiori potranno contenere tutte quelle attività che fate da soli nel vostro tempo libero. I due quadranti inferiori invece conterranno tutte le occupazioni in cui state assieme ad altri. Inoltre nei due quadranti a sinistra sistemerete le attività che hanno principalmente carattere passivo-contemplativo, mentre i quadranti sulla destra accoglieranno le attività attivo-produttive. Se ad esempio gioco in una squadra di pallavolo, questa attività appartiene al quadrante IV. Se invece faccio

surf da solo al lago, questa occupazione sta nel quadrante II. Se ascolto musica da solo, scriverò questa attività nel quadrante I. E se vado con un amico ad una mostra di quadri, questo starà nel quadrante III.

Allora adesso potete inserire le vostre attività nei quattro quadranti. Avete 15 minuti di tempo...

Ora contate quante attività sono contenute in ciascun quadrante e scrivete il numero vicino...

Ora dividetevi in gruppetti di quattro persone e scambiatevi le vostre opinioni su cosa avete scritto. Cercate anche di rispondere alle domande seguenti:

1. Sono soddisfatto della distribuzione delle mie attività nei quattro quadranti?

2. Quali sono vantaggi e svantaggi della mia suddivisione?

Avete 30 minuti di tempo per discutere...

Ora rimettiamoci in cerchio per approfondire insieme il gioco...

APPROFONDIMENTO

- Mi è piaciuto questo esercizio?
- Si bilanciano tra loro le mie attività del tempo libero nei quattro quadranti?
- Quale tipo di attività è dominante in me?
- Cosa vorrei cambiare?
- Cosa desidero aggiungere ancora?