

2023

IO E L'ALTRO

**Laboratorio di educazione
alla relazione e all'affettività**

A cura di Angela Primavera

Introduzione

Si parla sempre troppo poco dell'affettività e della sessualità in generale, e si fa ancora più fatica a parlarne quando si tratta di introdurre il tema nella disabilità. Tra le competenze volte a favorire l'autonomia delle persone con disabilità si trovano, ad esempio, imparare a mangiare, a vestirsi, a prendersi cura di sé, della propria igiene, imparare a fare uno spostamento in autonomia, intraprendere un percorso lavorativo ecc. Molto spesso, tra le competenze promosse mancano quelle relative alla sfera dell'affettività e della sessualità. La sessualità è una dimensione importante quanto le altre e necessita di un'adeguata educazione, ma quando si associa alla disabilità intellettiva, molto spesso, non viene considerata tale o non viene proprio considerata.

Descrizione

Quando parliamo di educazione ci riferiamo a un percorso di conoscenza e consapevolezza, che si occupi e che comprenda le fragilità, i bisogni e le potenzialità di ciascuno. Sia la relazione, che l'affettività, che la sessualità passano attraverso il corpo e il nostro vissuto. Pertanto questo laboratorio nasce dall'idea di creare un percorso che insegni come è fatto il corpo umano, come conoscerlo, come usarlo quando si è da soli, com'è possibile toccare, cosa toccare, quando si può fare e quando non è opportuno. Questo tipo di educazione aiuta a tracciare i confini all'interno dei quali la persona si può esprimere.

Questo laboratorio, lungi dal voler essere esaustivo e completo sulla tematica, è stato pensato per educare i ragazzini con disabilità verso le tematiche relazionali e affettive, partendo dalla cura del sé e dalla conoscenza del proprio corpo; luogo in cui tutto inizia.

Obiettivi

- Conoscere se stessi e l'Altro: esperire le proprie emozioni, prendersi cura di sé;
- Imparare a denominare e riconoscere le parti del corpo e le differenze tra un corpo maschile e un corpo femminile;
- Comprendere quali sono le parti del corpo che è possibile toccare e toccarsi e quelle che non è opportuno toccare e toccarsi;
- Acquisire la capacità di comprendere qual è la “giusta distanza” per ognuno di noi;
- Chiedere il consenso.

Fase iniziale “cerchio”

La prima fase è di presentazione e conoscenza.

Ai partecipanti viene chiesto di mettersi in cerchio e di chiudere gli occhi, ascoltando il loro respiro con una musica rilassante di sottofondo, per 2/3 minuti. Successivamente ogni partecipante si presenta dicendo il proprio nome e i dicendo il proprio stato d'animo attuale (felice, triste, sereno, grato, arrabbiato, malinconico, impaurito, ecc). É possibile utilizzare anche il supporto di faccine per indicare l'emozione.

Giochi

Consapevolezza di sé e del corpo

L'ipnotizzatore: è un gioco a coppie. Uno fa l'ipnotizzatore, l'altro l'ipnotizzato. Il mago tiene la propria mano aperta davanti al volto dell'altro e come se scattasse una molla magnetica, la mano accompagna il volto attraverso lo spazio, muovendosi. Aiuta a tenere l'attenzione sull'altro immedesimandosi nell'altro corpo. E poi è divertente perché aumenta la complicità.

Vicini – Lontani: è un gioco a coppie. A turno, una persona della coppia si avvicina all'altro secondo quella che è per lui la “distanza giusta”, ovvero la distanza che lo fa sentire a proprio agio. Di conseguenza l'Altro può avvicinarsi o allontanarsi in base alle sue esigenze. Questo gioco è molto utile per comprendere la distanza interpersonale.

Attività

- Disegno corpo umano: ci si divide in due gruppi, su un cartellone bianco, uno disegna il corpo maschile e uno il corpo femminile, con l'aiuto di alcuni compagni di classe.
- Denominazione parti del corpo: l'educatore tocca parti del corpo sul disegno che gli altri devono denominare.
- Zone da toccare e da non toccare: partendo sempre dal disegno si chiede ad ogni partecipante, quali sono le parti del corpo che le altre persone possono e non possono toccare? Quali sono le parti del corpo che tu puoi o non puoi toccare quando sei con gli altri?
- Chiedere il consenso: imparare a chiedere il permesso di poter toccare, attraverso conversazione strutturata e roleplaying, perché l'altra persona potrebbe non essere d'accordo o potrebbe infastidirsi (es. Posso toccare la tua mano? Posso abbracciarti? Posso accarezzarti?) Se la risposta è NO, significa che all'altra persona non vuole essere toccata.

Fase finale “cerchio di chiusura”

La fase finale, termina come quella di apertura. I partecipanti si mettono in cerchio, con gli occhi chiusi, ascoltando il loro respiro con sottofondo una musica rilassante. Successivamente si chiede loro di dire come si sono sentiti durante le attività/giochi.

Destinatari del progetto

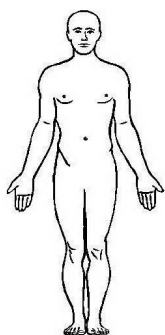
Il progetto è rivolto agli alunni con disabilità della scuola secondaria di II grado, supportati da due educatori e da un'insegnante di sostegno.

ALTRI SOGGETTI COINVOLTI: alcuni compagni di classe che hanno preso parte ai giochi, alla realizzazione del disegno del corpo umano e alla creazione di un piccolo video sulla giornata di laboratorio.

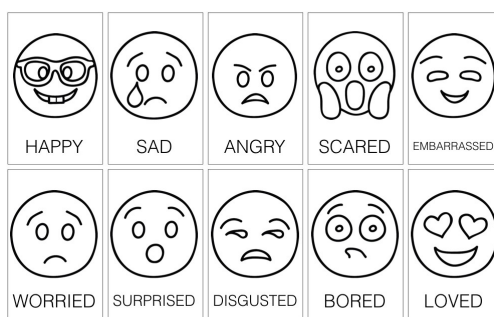
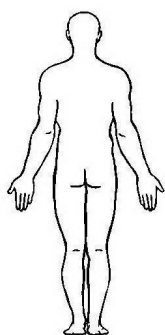
È importante calibrare le attività in base alle capacità di ogni partecipante.

Materiali

- Cartellone e matite per Disegno corpo umano
- Fotocopie libro Erickson
- Scheda Smile per indicare lo stato d'animo
- Pc per la musica



www.donnacalabrese.it



www.jackpotato.it



 **Gemma**

www.gemmadoc.com