

Corso di Counselling 1° anno
2016 Relazione di Tirocinio

Associazione Zona Franca

Qui dove nascono e
volano libere le idee

Laura Driadi

Associazione Culturale Zona Franca

Ho conosciuto Zona Franca grazie ad un'intervista trasmessa in radio a giugno 2016. La presidente Barbara Turcolin e lo psicologo Franco Tramarin presentavano insieme il concorso "Il coraggio è dentro di noi". Ritengo che nulla accada a caso ed incuriosita dalle loro parole ho cercato ulteriori informazioni sull'ente in questione comprendendo così che l'intero programma dell'anno 2016 gravitava intorno ai temi Coraggio e Paura, origine di una serie di attività correlate tra cui laboratori per tutte le età e diverse proposte culturali. La missione di Zona Franca è quella di *"individuare valori, concetti e tematiche sociali e di svilupparli in percorsi individuali e/o collettivi, favorendo, così, esperienze artistiche e comunicative che vadano ad incidere sulla cultura e sulla socialità, aumentando significativamente livelli di consapevolezza umana per una migliore qualità della vita"*¹. Ho sbirciato qua e là, scoprendo che si trattava di un'Associazione culturale che pareva avere proprio come scopo principale il benessere delle persone raggiunto attraverso la consapevolezza di sé e di ciò che gli succede attorno. Ho cominciato, nel mese di agosto, a trascrivere in un foglio quelle che mi sembravano essere parole e concetti chiave, per scoprire che esistevano già molte affinità con la mia esperienza formativa presso Eidos.

"..mettere in circolo idee...creare relazioni, far emergere emozioni, creare condivisione, scambio di idee e pensieri, lavoro di gruppo, attività individuali, sensibilizzazione verso gli altri.....creatività, evoluzione sociale, generatività sociale.. ricerca di risorse" questi alcuni concetti trascritti. La frase che più mi ha colpita, oltre al concetto di creatività e di ricerca di risorse, è stata questa:

"Una forma di veglia, una premura sull'umano che parte da una riflessione interiore, attraversa i conflitti e crea."

Tale frase era inserita all'interno della spiegazione, tanto semplice quanto incisiva, del valore pedagogico delle attività di laboratorio di Zona Franca. *"Creare uno spazio dove azione e narrazione, pensiero ed esperienza siano protagonisti; poter realizzare quello che si sente attraverso i colori delle emozioni.. per cambiare un po' per volta, per amarci ed amare un po' di più."*²

Far emergere emozioni, risorse, comunicare, mettersi in gioco.. elementi fondamentali per condurre un percorso di esplorazione interiore. Ciò si avvicina di molto, a mio parere, all'approccio del Counselling. Tutto ruota intorno alle risorse del cliente, che esso possiede al suo interno o che si manifestano nel mondo che lo circonda. Il presupposto base è proprio quello che ogni persona ha risorse e capacità delle quali non sempre ha consapevolezza, ma inevitabilmente possiede. Credo che questa positiva visione dell'uomo, racchiusa nell'ottica sistemica, contraddistingua anche Zona Franca. L'obiettivo del Counselling è quello di

¹ Statuto Associazione Zona Franca, 10/10/2012

² Percorso di eventi "Tra Venere e Marte", 2016

dare al cliente l'opportunità di esplorare, scoprire e chiarire modi di vivere più fruttuosi e mirati ad un più elevato stato di *benessere*.³

Ecco, proprio qui si ritrova il primo tra gli scopi sociali dell'Associazione: *“promuovere iniziative dirette a sensibilizzare e favorire il benessere, l'evoluzione, l'autostima, l'autonomia e la valorizzazione dell'essere umano nei contesti privati e sociali.”*⁴ Ma *benessere*, cosa significa? E' un concetto altamente soggettivo che si lega in maniera indissolubile al poter esprimere e cogliere le proprie risorse e farne uso, al manifestare i propri bisogni e desideri e poterli soddisfare.

Quanto detto sopra, ha fatto nascere in me la voglia di conoscere personalmente Zona Franca fino a chiedere nel mese di agosto di poter condurre il mio tirocinio presso l'Associazione. Durante il primo incontro conoscitivo ho spiegato le mie motivazioni ed il mio interesse, la vicinanza tra le attività dell'Associazione e il mio percorso formativo. Ho posto l'accento sull'*approccio sistemico* come filo conduttore che riconoscevo anche nelle loro attività, sull'*unicità dell'individuo* e sulla *curiosità verso l'altro*, elementi fondamentali e caratteristici di Zona Franca tanto quanto del Counselling sistemico.

Ho iniziato così il mio tirocinio.

Pensiero sistemico, Counselling e Zona Franca... quali connessioni?

Ogni individuo non è isolato, fa parte di un sistema di relazioni che influenzano il suo modo di essere e di vivere. La persona è parte di una famiglia, è inserita in un contesto lavorativo o di studio, fa parte di un gruppo di pari, è inserito nel sistema mondo; in ogni fase della vita e in ogni esperienza vissuta, la persona entra a far parte di diversi sistemi e il suo contesto di vita è inevitabilmente in continuo mutamento. Ogni cambiamento che avviene nel singolo è in grado di modificare tutto il sistema nel quale è inserito e viceversa. Questo richiede un costante allenamento della propria capacità di adattamento che talvolta comporta un grande impegno e un evidente dispendio di energie. Infatti, il contesto in cui viviamo, nel quale opera l'Associazione e si trova immerso il counsellor, è un sistema molto complesso nel quale appariamo in continua comunicazione con l'altro faticando però a costruire relazioni autentiche o profonde. Sembra esserci una forte paura e diffidenza verso l'altro, piuttosto che un desiderio di mettersi in gioco e di condividere con l'altro la propria esperienza o un proprio pensiero. Ecco perché risulta importante e così attinente al mio percorso di studi, il lavoro di un'Associazione che si prefigge tra i suoi scopi sociali quello di *“promuovere iniziative nei confronti di persone e istituzioni di tipo formativo-divulgativo-ricreativo per sviluppare aggregazione, solidarietà, mutualità sociale.”*⁵ E ancora, quello di

³ Slide dell'incontro "Introduzione alla Teoria Sistemica" del Dott. Muraro e Dott.ssa Bertocchi, lezione del 09/01/2016

⁴ Statuto Associazione Zona Franca, 10/10/2012

⁵ Statuto Associazione Zona Franca, 10/10/2012

“promuovere/adottare iniziative culturali, favorire le formazioni sociali della democrazia e della partecipazione per superare ogni tipo di cultura dell'emarginazione e per rafforzare i valori di convivenza civile e solidarietà umana.”⁶

Quanto sopra descritto dimostra come sia complesso il campo d'azione del counsellor e dove esso si colloca. A tal proposito, riporto una definizione di Counselling emersa durante un'attività di Cavierdage condotta dalla Dottoressa Cozzi:

“Il Counselling è un processo che mette a fuoco le risorse interiori attraverso una riorganizzazione del caos. Porta chiarezza grazie ad una sensibilità comunicativa e dialogo. Sviluppa una relazione empatica. Permette di accedere ad una crescita creando opportunità evolutive per orientarsi nella realtà ed essere padroni del proprio destino”.

Credo che questa definizione si avvicini a ciò che l'Associazione intende fare attraverso le proprie attività culturali individuali e di gruppo: raggiungere una condizione di benessere sempre più consapevole all'interno della realtà complessa e ricca di sfaccettature di cui facciamo parte.

Comunicazione e condivisione

La chiave per raggiungere la consapevolezza e il benessere risulta essere la comunicazione, intesa come dialogo con sé stessi e gli altri. Lo scambio di informazioni, idee e pensieri è il processo che permette all'essere umano di entrare in contatto con il mondo ed è questo il mezzo che ha il Counsellor per entrare in relazione con il cliente, sia esso un individuo o un gruppo. La comunicazione all'interno dell'Associazione assume un ruolo importante in quanto è intesa come conoscenza reciproca e condivisione di vissuti. La partecipazione alle attività o ai percorsi, non obbliga la persona a condividere quanto sente, ogni partecipante è libero di farlo oppure no tenendo comunque conto che anche il non verbale è fonte di comunicazione: ogni nostro atteggiamento, sorriso, espressione può comunicare come ci sentiamo. Quanto comunichiamo in modo non verbale, può suscitare nell'altro la voglia di regalarci lui stesso un suo pensiero o rispettare il nostro silenzio. Allo stesso tempo, chi conduce l'attività, sia essa la lettura di una pagina di un libro o il costruire con le proprie mani qualcosa, che sia in gruppo o individuale, deve cogliere tutti i segnali provenienti dall'altro e guidare l'esperienza nel rispetto di quanto accade e vede. Ogni sollecitazione ricevuta è in grado di muovere inaspettatamente delle delicate corde interne all'individuo; in questo senso ho notato una profonda delicatezza e rispetto dell'altro da parte dei conduttori delle attività e dai partecipanti stessi. Nella pratica questo significa usare delicatezza nel presentare le attività e sensibilità nell'osservare cosa queste suscitano nell'altro, rispettando i tempi e gli spazi del silenzio, senza far trasparire nessun obbligo di intervento, permettendo ai partecipanti che lo desiderano di condurre la

⁶ Statuto Associazione Zona Franca, 10/10/2012

propria attività artistica senza portarlo al gruppo. C'è da dire che queste accortezze portano le persone a sentirsi a proprio agio e di conseguenza a sentirsi libere di esprimersi. Questo viene definito dalla Presidente "autonomia del partecipante", che è libero di cogliere ciò che gli è necessario, di scegliere lui stesso la strada da percorrere e di andare dove sente di dirigersi. Questa "autonomia" le è molto cara e si avvicina al concetto di libertà dell'individuo. La parola *Percorso*, che definisce le attività svolte, significa infatti percorrere un tratto di strada insieme in libertà, non per imparare od insegnare qualcosa, ma per aprire una comunicazione e una condivisione. Non si tratta di partecipare ad un corso o di proporre lezioni, ma proprio di avvicinarsi a sé stessi e agli altri. Ciò che nasce dagli incontri può risuonare nei giorni seguenti oppure no, a seconda di quanto ognuno può e vuole cogliere in base alle proprie necessità.

Creatività

La creatività, come emerso all'interno della tavola rotonda tenutasi durante i festeggiamenti dei 25 anni di Eidos, risulta allo stesso tempo un modo di essere ed un mezzo per raggiungere obiettivi. All'interno dell'Associazione Zona Franca credo siano presenti entrambe le visioni. La creatività guida le menti che provvedono all'ideazione delle attività, ma è anche il mezzo usato o, come viene definito, il pretesto e l'opportunità per ascoltare emozioni, sentire valori, assaporare il piacere di fare, riaccendere l'inclinazione alla cultura e all'incontro. In questa accezione si parla di arte e infatti le attività che si concretizzano all'interno dei laboratori e dei percorsi proposti sono attività di tipo artistico per le quali non sono necessarie competenze specifiche, ma volontà di mettersi in gioco. Ad esempio, citando il concorso artistico del 2016 "Il coraggio è dentro di noi", si invitava i partecipanti a disegnare, all'interno di una cornice a forma di cuore anatomico, quello che per loro era il proprio senso di Coraggio. Si poteva fare questo con un disegno, che poteva essere corredato da frasi, ma anche con un'astratta esplosione di colori o con ogni altra forma che potesse comunicare in merito alla sensazione di Coraggio dei partecipanti, inteso come propria risorsa e necessità nella vita di tutti i giorni. Ciascuno poi porterà dentro sé quello che tale attività avrà suscitato interiormente. Ecco quindi che il disegno, è stato il mezzo creativo per far emergere qualcosa. E' stato un canale di comunicazione indirizzato alla consapevolezza ed ai bisogni interiori talvolta inespressi. L'attività è stata proposta anche in alcune scuole primarie per merito di molti insegnanti sensibili e della capacità dell'Associazione di fare rete ed essere presente in modo attivo sul territorio.

L'utilizzo di metafore

Ho scoperto, durante alcune lezioni, l'utilizzo e l'importanza delle metafore per chiarire un concetto, per esprimerlo, per suscitare nell'altro un'immagine evocativa. Una metafora, vista insieme, mi ha suscitato alcune riflessioni. L'immagine proiettata durante la lezione del 28 maggio 2016, era apparentemente semplice, ma allo stesso tempo ricca di significati. L'immagine era questa: della terra fresca, qualche

semino piantato ed un innaffiatoio che bagna il terreno. In secondo piano una pala. La domanda è stata: cosa rappresenta tutto ciò in riferimento all'attività del Counsellor? Le risposte sono state molteplici. Il Counsellor si prende cura della terra fertile del cliente, prepara il terreno per la crescita dei semi, sa rispettare i tempi della crescita, pone attenzione a tutte le variabili che ruotano attorno al sistema, con la pala rivitalizza il terreno perché risulti maggiormente fertile, smuove la terra, ecc... In quest'ottica il cliente, dopo tale lavoro condiviso, ha gli strumenti per innaffiare quanto seminato, "impara a coltivarsi" e a prendersi cura di sé. Le attività di Zona Franca vanno proprio in tale direzione, smuovono l'individuo, cercano di porre dei semi e sarà la persona stessa a farli germogliare se vorrà. In un certo senso, le attività svolte punzecchiano la coscienza e scuotono la mente per sollecitare riflessioni.

Durante le attività di piazza, che hanno anche lo scopo di pubblicizzare l'Associazione, di renderla presente nel territorio, di essere itinerante e di stimolare collaborazioni con altri enti, associazioni e manifestazioni, si nota davvero l'azione del seminare. In particolar modo, durante la partecipazione ad un evento a Salgareda, ho avuto la netta sensazione che stavamo portando dei piccoli semi. L'attività era creata per i bambini, ma come sempre, è aperta a tutti (anche perché trovo stimolante ed arricchente mantenere vivo il bambino che è in ognuno di noi). Si trattava di disegnare "un mostro che è dentro di noi", visualizzarlo ad occhi chiusi e disegnarlo per poi avere il coraggio di guardarlo in faccia. Si sono avvicinati a noi dei bambini con le proprie madri, l'attività è stata proposta ad entrambi. E' stato molto bello vedere come mamme e figli abbiano preso sul serio tale attività, e come i figli, più ancora che le madri, ponessero particolare attenzione durante la fase di visualizzazione. Le madri così erano naturalmente portate ad affrontare a loro volta con più serietà l'attività. L'Associazione poi certificava l'atto di coraggio dell'aver disegnato e guardato in faccia il mostro. Con naturalezza è emerso, da parte delle persone coinvolte, lo stupore nel guardare ciò che avevano tirato fuori in quei pochi minuti davanti ad un banchetto nel freddo di una piazza. Avevano forse provato a rappresentare le proprie paure? Si erano confrontati con ciò che hanno dentro? E' stato creato un canale comunicativo con le proprie sensazioni? Ne parleranno a casa? Proporranno l'attività anche a papà? Tutto ciò non si può sapere, ma il semino è stato consegnato. Una mamma ha detto di non aver mai affrontato con i figli il tema delle paure e del coraggio necessario nella vita e di quanto questo sia utile per crescere insieme ed imparare a comunicare.

Tirando le somme

Analizzando l'esperienza vissuta, credo di poter dire che i percorsi proposti da Zona Franca permettono alla persona di rivedere/rivivere le proprie esperienze, i propri vissuti da un'angolazione differente; si ha la possibilità di rimescolare le carte, di guardare la situazione da un punto di vista diverso, nuovo e creativo. La condivisione, l'importanza dei piccoli gesti, il costruire, il potere delle parole, l'ascolto, sono alcuni dei punti su cui Zona Franca ripone fiducia e attenzione. Traspare l'importanza che ricoprono le parole, i gesti, i

sorrisi, gli abbracci durante ogni attività svolta, sia essa un laboratorio o un evento in piazza per pubblicizzare l'Associazione. I membri di Zona Franca, ognuno con le proprie risorse, mettendo a disposizione il proprio tempo libero, le proprie energie, curano nei minimi particolari ogni dettaglio affinché i partecipanti all'attività respirino la libertà di potersi esprimere, di sentirsi considerati, accolti, accompagnati.

Zona Franca, per mantenere il suo ruolo nel territorio, ha bisogno di quanto detto sopra, ossia quel bagaglio fatto di sensibilità, capacità di ascolto e creatività; le sono però anche necessari obiettivi chiari, accurato lavoro di rete, capacità comunicative, flessibilità e continuo aggiornamento. Per "esserci" è necessario restare in continua comunicazione e relazione con il mondo. Ciò significa, per un'Associazione come per un counsellor, sapersi adattare ai cambiamenti, saper rispondere alle necessità in continuo mutamento, restare in ascolto, saper variare le proprie modalità relazionali a seconda di chi si ha davanti. All'interno di un'Associazione, in quanto sistema, è necessario che ogni membro abbia un ruolo preciso e chiaro per garantire supporto e aiuto pratico. Quando parlo di ruoli, non intendo solo quelli istituzionali come presidente, tesoriere ecc.; all'interno di un sistema, di un gruppo di persone, esistono tutta una serie di ruoli che non sono né stabiliti né statici e derivano dalle peculiarità, capacità, attitudini dei membri del gruppo. Ad esempio, si ritrova il motivatore, ossia quella persona in grado con poche parole ed in modo del tutto spontaneo, di sollevare gli animi quando il lavoro è faticoso. Ognuno, in base alle proprie caratteristiche, in modo più o meno conscio, si costruisce il proprio ruolo, ossia trova il proprio spazio e il compito che lo fa sentire a proprio agio. In un'Associazione questi ruoli sono fondamentali, tanto quanto quello di presidente, per costruire un gruppo e mantenerlo saldo. Zona Franca è un gruppo forte, i membri sono davvero motivati; il tempo è sempre poco ma le energie che si mettono in campo garantiscono entusiasmo e buona riuscita. C'è un'attenzione ai bisogni di tutti, c'è grande collaborazione e valorizzazione delle capacità di ognuno. Questo garantisce un'immagine verso l'esterno coesa, riconoscibile e caratteristica e un flusso continuo di risorse energie e idee. Questa modalità di funzionamento, che si rispecchia nei risultati ottenuti, è il prodotto di un grande impegno e investimento personale dei membri e di anni di lavoro insieme.

A proposito di ruoli, in questa esperienza, il mio è stato quello di osservatore, soprattutto nel primo periodo quando l'obiettivo principale era quello di orientarmi. Inevitabilmente, sono risultata un nuovo elemento del sistema, ho probabilmente perturbato la situazione, come ogni novità, ma credo di averlo fatto in modo positivo. Mi sono sempre sentita accolta e valorizzata. Molti sono stati i confronti e le riflessioni fatte soprattutto con la Presidente, ossia il mio tutor. In molte occasioni sono stata l'occhio esterno, l'osservatore che poteva fungere da specchio, credo sempre con discrezione e neutralità. Il mio apporto poteva fornire un'immagine esterna e imparziale delle attività svolte. Mi è stato utile osservare le modalità comunicative soprattutto della Presidente che variavano a seconda dell'interlocutore e la sua capacità di

utilizzare le parole, le pause nel discorso e le espressioni accoglienti del volto. La comunicazione era diversa se si trattava di un bambino, di un genitore, del Sindaco ecc., tutto questo per garantire una comunicazione efficace e la comprensione del messaggio. L'insieme di tutte le accortezze e la cura del linguaggio nei minimi dettagli, fanno in modo che l'interlocutore sia sempre stimolato all'ascolto. Ho avuto modo di partecipare alle attività prima da spettatore osservatore poi collaborando attivamente. Ho respirato freschezza, apertura, disponibilità e fiducia; l'accoglienza che viene dimostrata è spontanea e naturale, quasi come fosse innata. In realtà, nulla è lasciato al caso, l'impressione che si ha è che questo clima sia stato costruito con impegno e a piccoli passi perché acquisti naturalezza.